

**PENGARUH TINGKAT KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING  
TERHADAP TINGKAT *PERCEIVED STRESS* MAHASISWA  
MASA PANDEMIC COVID-19**

**SKRIPSI**



Oleh :

Muhammad Iqbal Burhanuddin      17410048

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2020**

**HALAMAN JUDUL**

**PENGARUH TINGKAT KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING  
TERHADAP TINGKAT *PERCEIVED STRESS* MAHASISWA  
MASA PANDEMIC COVID-19**

**SKRIPSI**

Diajukan Kepada Dosen Fakultas Psikologi UIN Maulana Malik Ibrahim Malang  
untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Memperoleh Gelar  
Sarjana Psikologi (S.Psi)

**Oleh :**  
**Muhammad Iqbal Burhanuddin**  
**17410048**

**FAKULTAS PSIKOLOGI  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI  
MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG  
2020**

**PENGARUH TINGKAT KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING  
TERHADAP TINGKAT *PERCEIVED STRESS* MAHASISWA  
MASA PANDEMIC COVID-19**

**SKRIPSI**

Oleh:

Muhammad Iqbal Burhanuddin

NIM. 17410048

Telah Disetujui Oleh:



**Novia Sholichah, M.Psi.**  
**NIP. 199406162019082001**

**Mengetahui,  
Dekan Fakultas Psikologi  
Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang**



**Dr. Siti Mahmudah, M.S.i**  
**NIP. 19671029 199403 2 001**

**HALAMAN PENGESAHAN**  
**SKRIPSI**  
**PENGARUH TINGKAT KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING**  
**TERHADAP TINGKAT *PERCEIVED STRESS* MAHASISWA**  
**MASA PANDEMIC COVID-19**

Telah di pertahankan didepan dewan penguji pada tanggal 19

Bulan Januari Tahun 2021

**Susunan dewan Penguji**

**Dosen Pembimbing**



Novia Sholichah, M.Psi.  
NIP. 199406162019082001

**Penguji Utama**



Muhammad Jamaluddin, M.Si  
NIP. 19801108 200801 1 007

**Ketua Penguji**



Dr. Elok Halimatus S., M.Si  
NIP. 197405182005012002

Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh  
Gelar Sarjana Psikologi

**Tanggal**  
**Mengesahkan Dekan Fakultas Psikologi**  
**UIN Maulana Malik Ibrahim Malang**



Dr. Siti Mahmudah, M.Si  
NIP. 19671029 199403 2 001

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Muhammad Iqbal Burhanuddin

NIM : 17410048

Fakultas : Psikologi

Menyatakan bahwa skripsi yang saya buat dengan judul “ Pengaruh Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat *Perceived Stress* Mahasiswa pada masa pandemi covid-19 “ adalah benar-benar hasil karya sendiri baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang disebutkan sumbernya. Jika dikemudian hari ada klaim dari pihak lain, bukan menjadi tanggung jawab dosen pembimbing dan pihak Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar saya bersedia mendapatkan sanksi.

**Malang, 30 Desember 2020**

**Penulis**



**Muhammad Iqbal Burhanuddin**  
**NIM. 17410048**

## MOTTO

وَالَّذِينَ جَاهَدُوا فِينَا لَنَهْدِيَنَّهُمْ سُبُلَنَا وَإِنَّ اللَّهَ لَمَعَ الْمُحْسِنِينَ

Artinya:

Orang-orang yang bersungguh-sungguh dalam mencari keridhaan kami, maka benar-benar akan kami tunjukkan kepada mereka jalan-jalan kami. Dan sesungguhnya Allah benar-benar beserta orang-orang yang berbuat baik.

## **HALAMAN PERSEMBAHAN**

Karya ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya yaitu Drs. Muslich Achmad, M.Ag & Sri Wahyuni dan juga untuk kakak-kakak saya Akhlis Aulia Rahman, Muhammad Syarifuddin Yusuf dan adik saya Muhammad Ilham Misbahuddin yang selalu memberikan motivasi, doa, serta dukungan kepada saya.
2. Abuya Sayyid KH. DR. Muhammad Dhiyauddiin Qushwandhi selaku guru yang telah memberikan arahan dalam mengarungi kehidupan untuk sukses menjadi hamba Allah SWT dan berhasil mendapatkan sirr jannah-Nya.
3. Dosen pembimbing skripsi ibu Novia Sholichah, M.Psi beserta Ibu Hilda Halida.,M.Psi.Psikolog yang telah membantu dan mengarahkan saya dalam proses penyelesaian skripsi.
4. Semua dosen serta staf Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
5. Teman-teman psikologi angkatan 2017, Teman Ma'had Sunan Ampel AL-Aly kamar 7, Teman Asrama Masjid AL-Ghozali beserta guru ngaji khususnya Ustadz Syamsul Arifin, S.Pd Al-Hafidz, Ustadz Muhammad Anas, Ustadz Abdulloh Husian, S.S.,M.Li , dan Ustadz Miftahul Ulum yang telah memberikan semangat dan doa selama proses penyelesaian Skripsi.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur alhamdulillah yang senantiasa dihaturkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat serta hidayah-Nya sehingga mampu menyelesaikan tugas akhir ini. Sholawat serta salam senantiasa dihaturkan kepada junjungan nabi agung Muhammad SAW yang senantiasa kita nantikan syafaatnya kelak di akhirat.

Karya ilmiah ini tidak akan pernah ada tanpa bantuan dari segenap pihak yang terlibat didalamnya. Untuk itu dengan segala sikap dan kerendahan hati, peneliti ingin mengucapkan rasa terimakasih yang setinggi-tingginya kepada :

1. Kedua orang tua saya yaitu Drs. Muslich Achmad M.Ag & Sri Wahyuni dan juga untuk kakak saya Akhlis Aulia Rahman, Muhammad Syarifuddin Yusuf dan adik saya Muhammad Ilham Misbahuddin yang selalu memberikan motivasi, doa, serta dukungan kepada saya.
2. Prof. Dr. Abdul Haris, M.Ag selaku rektor Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang.
3. Dra. Hj. Siti Mahmudah, M.Si selaku Dekan fakultas psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang
4. Bapak Dr. H. Rahmat Aziz, M.Si selaku dosen wali yang senantiasa memberikan arahan dan nasihat untuk selalu meningkatkan prestasi disetiap Semester hingga saat ini.



5. Ibu Novia Sholichah., M.Psi. beserta ibu Hilda Halida.,M.Psi. Psikolog selaku dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan banyak arahan, nasihat, motivasi dan berbagai pengalaman yang sangat berharga.
6. Segenap dosen Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang yang telah mengajar dan memberikan ilmu selama menempuh bangku perkuliahan dan seluruh staff yang sudah sabar dan ikhlas dalam memberikan layanan akademik.
7. Semua pihak yang ikut serta membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

## **KATA PENGANTAR**

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih lagi Maha Panyayang, Kami panjatkan puja dan puji syukur atas kehadiran-Nya, yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya kepada kami, sehingga kami dapat menyelesaikan skripsi dengan judul Pengaruh Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Perceived Stress Mahasiswa Masa Pandemi Covid-19.

Skripsi ini merupakan salah satu tugas akhir yang disusun untuk memenuhi persyaratan dalam penyelesaian Program Studi Psikologi guna mendapatkan gelas S.Psi (Sarjana Psikologi) sebagai tanda telah menyelesaikan program studi psikologi. Untuk itu peneliti menyampaikan banyak terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penelitian ini.

Terlepas dari semua itu, Kami menyadari sepenuhnya bahwa masih ada kekurangan baik dari segi susunan kalimat maupun tata bahasanya. Oleh karena itu dengan tangan terbuka peneliti menerima segala saran dan kritik dari pembaca agar peneliti dapat memperbaiki penelitian ini.

Akhir kata kami berharap semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat maupun inspirasi terhadap pembaca.

Malang, 30 Desember 2020

Peneliti

Muhammad Iqbal Burhanuddin

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
MOTTO .....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH.....	vii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
ABSTRAK.....	xviii
ABSTRACT .....	xx
ملخص .....	xxii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	8
C. Tujuan Penelitian .....	8
D. Manfaat Penelitian .....	9

<b>BAB II KAJIAN TEORI .....</b>	<b>11</b>
A. Model Pembelajaran Daring .....	11
1. Pengertian .....	11
2. Ketentuan Dan Indikator Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	13
3. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	16
4. Model Pembelajaran Dalam Perspektif Islam.....	17
a. Landasan Ideal .....	18
b. Landasan Ta'abbudi.....	19
c. Landasan Tasyri' .....	19
B. Perceived Stress.....	21
1. Pengertian Perceived Stress .....	21
2. Dimensi Perceived Stress .....	22
3. <i>Perceived Stress</i> Menurut Perspektif Islam .....	24
C. Hubungan Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Dengan Tingkat <i>Perceived Stress</i> .....	28
D. Hipotesis Penelitian .....	31
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>32</b>
A. Pendekatan Penelitian .....	32
B. Variabel Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	33
1. Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring.....	34
2. Tingkat perceived stress .....	34

D. Populasi Dan Sampel .....	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel .....	36
a. Kriteria Inklusi.....	36
b. Kriteria Ekslusi .....	37
E. Metode Pengumpulan Data .....	37
F. Instrument Penelitian .....	38
G. Uji Validitas Dan Reliabilitas.....	40
H. Analisis Data Penelitian .....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>43</b>
A. Pelaksanaan Penelitian.....	43
1. Gambaran Lokasi Penelitian .....	43
2. Waktu Dan Tempat Penelitian .....	43
a. Waktu Penelitian.....	43
b. Tempat Penelian .....	44
3. Subyek Penelitian.....	44
4. Prosedur Dan Administrasi Pengambilan Data.....	44
a. Prosedur Pengambilan Data Penelitian .....	44
b. Administrasi Pengambilan Data Penelitian .....	45
B. Hasil Penelitian.....	45
1. Hasil Uji Validitas Instrument Penelitian .....	45
a. Kualitas Model Pembelajaran.....	46
b. Perceived Stres.....	47

2.	Hasil Uji Reliabilitas Instrument Penelitian .....	48
a.	Reliabilitas Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring ..	48
b.	Reliabilitas Perceived Stress Scale .....	48
3.	Analisis Deskriptif.....	48
a.	Hasil Analisis Deksriptif (Mean Dan Standart Deviasi Hipotetik).....	49
b.	Kategorisasi Tingkat Kualitas Model Pembelajar Daring....	49
c.	Kategorisasi Tingkat <i>Perceived Stress</i> .....	50
4.	Uji Normalitas.....	52
5.	Uji linieritas .....	53
6.	Uji Hipotesis .....	53
a.	Uji Korelasi .....	53
b.	Uji regresi .....	55
C.	Pembahasan.....	56
1.	Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Mahasiswa dan Mahasiswi MIPA UNNES Semarang .....	56
2.	Tingkat Perceived Stress Mahasiswa dan Mahasiswi Fakultas MIPA UNNES Semarang. ....	57
3.	Pengaruh Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Perceived Stress Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19.....	59
4.	Keterbatasan Dalam Penelitian .....	62
<b>BAB V PENUTUP .....</b>		<b>63</b>
A.	Kesimpulan.....	63

B. Saran .....	64
1. Bagi Fakultas.....	64
2. Bagi Penjaminan Mutu Akademik .....	65
3. Bagi Dosen.....	65
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>66</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>70</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Kisi-Kisi Tingkat Kualitas Model Pembelajaran .....	39
Tabel 3.2	<i>Blueprint</i> Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	39
Tabel 3.3	<i>Blueprint</i> Persepsi Stres Perceived Stress .....	39
Tabel 3.4	Skor Masing-Masing Jawaban .....	39
Tabel 4.1	Hasil Uji Validitas T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	46
Tabel 4.2	Hasil Uji Validitas Perceived Stress.....	47
Tabel 4.3	Uji Reliabilitas T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	48
Tabel 4.4	Uji Reliabilitas Perceived Stress .....	48
Tabel 4.5	Hasil Analisis Deskriptif (Mean dan SD ).....	49
Tabel 4.6	Kategorisasi T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	49
Tabel 4.7	Prosentase T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	50
Tabel 4.8	Norma Kategorisasi Perceived Stress .....	51
Tabel 4.9	Prosentase Tingkat Perceived Stress .....	51
Tabel 4.10	One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test.....	52
Tabel 4.11	Deviation for linierity .....	53
Tabel 4.12	Uji Korelasi.....	54
Tabel 4.13	Uji Regresi .....	55



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Skema Pembelajaran Daring .....	12
Gambar 2.2	Alur Tingkat Kualitas Model Pembelajaran.....	15
Gambar 4.1	Diagram Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring.....	50
Gambar 4.1	Diagram Tingkat Perceived Stress.....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Alat Ukur T. Kualitas Model Pembelajaran Daring.....	71
Lampiran 2	Alat Ukur Perceived Stress .....	75
Lampiran 3	Hasil Data T. Kualitas Model Pembelajaran Daring.....	77
Lampiran 4	Hasil Skor Data Perceived Stress.....	86
Lampiran 5	Tabel Distribusi Nilai R Tabel.....	91
Lampiran 6	Uji Validitas T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	92
Lampiran 7	Uji Validitas Perceived Stress.....	93
Lampiran 8	Uji Reliabilitas T. Kualitas Model Pembelajaran Daring.....	94
Lampiran 9	Uji Reliabilitas Perceived Stress .....	95
Lampiran 10	Uji Normalitas.....	96
Lampiran 11	Uji Linieritas .....	97
Lampiran 12	Uji Analisis Dekstriptif T. Kualitas Model Pembelajaran Daring .....	98
Lampiran 13	Uji Analisis Dekskriptif Perceived Stress .....	99
Lampiran 14	Uji Korelasi.....	100
Lampiran 15	Uji Hipotesis .....	101

## ABSTRAK

Muhammad Iqbal Burhanuddin (2020). Pengaruh Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Perceived Stress Mahasiswa Masa Pandemi Covid-19

Pembimbing : Novia Sholichah, M.,Psi.,  
Hilda Halida, M.Psi., Psikolog

---

Kata Kunci : Pandemi Covid-19, Kualitas Model Pembelajaran Daring, *Perceived Stress*

Pandemi covid-19 merupakan wabah penyakit menular yang memiliki dampak ke segala salah satunya didalam bidang pendidikan. Sehingga seluruh aktifitas proses pembelajaran diganti dengan model daring. Proses pembelajaran daring bisa menjadi model pembelajaran yang lebih fleksibel apabila memiliki kualitas yang tinggi, namun apabila kualitasnya rendah maka akan mengakibatkan pengaruh negatif pada psikologis individu yaitu munculnya persepsi stress.

Kualitas model pembelajaran daring menurut pendapat Slamet PH (2000) yaitu proses pembelajaran yang efektif akan menumbuhkan daya berfikir, daya nalar, dan rasa keingintahuan, dan eksperimentasi-eksperimentasi untuk menemukan kemungkinan-kemungkinan baru, menumbuhkan demokrasi, dan memberikan toleransi pada kekeliruan berfikir akibat kreativitas berfikir. Kualitas model pembelajaran dapat dilihat melalui aspek media pembelajaran, metode mengajar, pemanfaatan waktu, perilaku siswa, materi,fasilitas belajar. Sedangkan *Perceived stress* Cohen (2013) menyatakan bahwasanya tekanan psikologis atau stress terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan sekitarnya melebihi dari kemampuan menyesuaikan pada diri individu tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kualitas model pembelajaran daring dan perceived stress serta pengaruh kualitas model pembelajaran daring terhadap perceived stress.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kuantitatif dengan subyek penelitian yaitu mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang yang sedang dalam proses pembelajaran daring. Penelitian ini menggunakan teknik *Random sampling* pada 200 mahasiswa dan mahasiswi. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data yaitu dengan menggunakan skala kualitas model pembelajaran dari Slamet PH (2000) dan *Perceived Stress Scale* dari Cohen (1988).

Hasil penelitian diketahui bahwa skor kualitas model pembelajaran daring yang didapatkan dari hasil penilaian mahasiswa dan mahasiswi terkait dengan kualitas model pembelajaran daring berada dikategori tinggi sebanyak 3 % dengan jumlah 6 orang mahasiswa dan mahasiswi, sedangkan subyek pada kategori sedang 96,5 % dengan jumlah orang 193 orang mahasiswa dan mahasiswi, sedangkan pada kategori rendah 3 % dengan jumlah 1 orang. Sedangkan Tingkat

Perceived Stress pada mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 19 subyek dengan kategori tinggi yaitu dengan prosentase 9,5 %. Sebagian besar subyek berada pada kategori sedang yaitu sebanyak 114 dengan prosentase 57,0 %. Sedangkan untuk 67 orang subyek berada pada kategori rendah dengan prosentase 33.5 %. Berdasarkan Uji Regresi antara variabel kualitas model pembelajaran daring dengan perceived stress, diketahui bahwa nilai signifikan untuk pengaruh antara kedua variabel tersebut adalah 0,036 yang artinya  $< 0,05$ . Maka dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh yang signifikan dengan nilai Coefisient standart sebesar -0,148. Nilai tersebut menunjukkan hasil bahwa pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring terhadap perceived stress memiliki pengaruh yang negatif sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima.

## ABSTRACT

Muhammad Iqbal Burhanuddin (2020). The Effect of the Quality Level of Online Learning Models on the Perceived Stress Level of Students during the Covid-19 Pandemic

Advisor : Novia Sholichah. M., Psi.  
Hilda Halida, M.Psi., Psychologist

---

Keywords : Covid-19 Pandemic, Quality of Online Learning Models, Perceived Stress

The covid-19 pandemic is an epidemic of infectious diseases that has an impact on everything, one of which is in the field of education. So that all learning process activities are replaced with an online model. The online learning process can be a more flexible learning model if it is of high quality, but if the quality is low it will have a negative impact on the individual's psychology, namely the emergence of stress perceptions.

The quality of the online learning model according to the opinion of Slamet PH (2000), namely an effective learning process that will foster thinking power, reasoning power, and a sense of curiosity, and experimentations to find new possibilities, foster democracy, and tolerate mistakes in thinking due to creative thinking . The quality of the learning model can be seen through the aspects of learning media, teaching methods, time utilization, student behavior, materials, learning facilities. Meanwhile, Cohen's perceived stress (2013) states that psychological pressure or stress occurs when an individual feels that the demands of the surrounding environment are more than the ability to adapt to the individual. The purpose of this study is to determine the level of quality of online learning models and perceived stress and the influence of the quality of online learning models. against perceived stress.

The research method used in this research is quantitative method with research subjects, namely students and students of the Faculty of Mathematics and Natural Sciences, State University of Semarang who are in the online learning process. This research uses random sampling technique on 200 students and female students. The instrument used in data collection was the quality scale of the learning model from Slamet PH (2000) and the Perceived Stress Scale from Cohen (1988).

The results showed that the online learning model quality scores obtained from the assessment results of students and female students related to the quality of online learning models were in the high category as much as 3% with a total of 6 students and female students, while subjects in the moderate category were 96.5% with 193 people. students and female students, while in the low category 3% with 1 person. Meanwhile, the level of perceived stress in students of the Faculty of Mathematics and Natural Sciences, Semarang State University is divided into three categories, namely high, medium and low. The results showed

that there were 19 subjects in the high category with a percentage of 9.5%. Most of the subjects were in the medium category, namely as many as 114 with a percentage of 57.0%. Meanwhile, 67 subjects were in the low category with a percentage of 33.5%. Based on the Regression Test between the variable quality of the online learning model and perceived stress, it is known that the significant value for the effect of the two variables is 0.036 which means  $<0.05$ . So it can be concluded that these two variables have a significant influence with the standard coefficient value of -0.148. This value shows that the effect of the quality of online learning models on perceived stress has a negative effect so that the hypothesis in this study is accepted.

## ملخص

محمد إقبال برهان الدين (٢٠٢٠). تأثير مستوى جودة نماذج التعلم عبر الإنترنت على مستوى الإجهاد الملحوظ للطلاب أثناء جائحة كوفيد-١٩  
المستشار: نوفيا شوليشة. م ، بسي.  
هيلدا حليدة ، ماجستير ، علم النفس

الكلمات المفتاحية: جائحة كوفيد-١٩ ، جودة نماذج التعلم عبر الإنترنت ، الإجهاد المتصور

إن جائحة كوفيد-١٩ هي وباء من الأمراض المعدية التي لها تأثير على كل شيء ، وأحدها في مجال التعليم. بحيث يتم استبدال جميع أنشطة عملية التعلم بنموذج عبر الإنترنت. يمكن أن تكون عملية التعلم عبر الإنترنت نموذجًا تعليميًا أكثر مرونة إذا كانت ذات جودة عالية ، ولكن إذا كانت الجودة منخفضة ، فسيكون لها تأثير سلبي على نفسية الفرد ، أي ظهور تصورات الإجهاد.

جودة نموذج التعلم عبر الإنترنت وفقًا للرأي سلامة (٢٠٠٠) هو عملية تعلم فعالة من شأنها تعزيز قوة التفكير ، وقوة التفكير ، والشعور بالفضول ، وإجراء التجارب لإيجاد إمكانيات جديدة ، وتعزيز الديمقراطية ، والتسامح أخطاء في التفكير بسبب التفكير الإبداعي. يمكن رؤية جودة نموذج التعلم من خلال جوانب وسائط التعلم ، وطرق التدريس ، واستغلال الوقت ، وسلوك الطلاب ، والمواد ، ومرافق التعلم. وفي الوقت نفسه ، يشير الإجهاد المتصور لكوهين (٢٠١٣) إلى أن الضغط النفسي أو الإجهاد يحدث عندما يشعر الفرد أن متطلبات البيئة المحيطة هي أكثر من القدرة على التكيف مع الفرد. والغرض من هذه الدراسة هو تحديد مستوى جودة نماذج التعلم عبر الإنترنت والضغط المتصور وتأثير جودة نماذج التعلم عبر الإنترنت ضد الإجهاد المتصور.

طريقة البحث المستخدمة في هذا البحث هي الطريقة الكمية مع الموضوعات البحثية ، وهي طلبة كلية الرياضيات والعلوم الطبيعية ، بجامعة سيمارانج الحكومية الذين هم في طور التعلم عبر الإنترنت يستخدم هذا البحث أسلوب أخذ العينات العشوائية على ٢٠٠ طالبة وطالبة. كانت الأداة المستخدمة في جمع البيانات هي مقياس الجودة لنموذج التعلم من سلاميت ف (٢٠٠٠) ومقياس الإجهاد المدرك من كوهين (١٩٨٨)

أظهرت نتائج هذا البحث أن درجات جودة نموذج التعلم عبر الإنترنت التي تم الحصول عليها من نتائج تقييم الطلاب والطالبات المتعلقة بجودة نماذج التعلم عبر الإنترنت كانت في فئة عالية تصل إلى ٣٪ بإجمالي ٦ طلاب وطالبات ، بينما المواد الدراسية أما في الفئة المتوسطة فبلغت ٩٦,٥٪. بواقع ١٩٣ طالباً وطالبة بينما في الفئة الدنيا ٣٪ وشخص واحد. وفي الوقت نفسه ، ينقسم مستوى الإجهاد الملحوظ لدى طلاب كلية الرياضيات والعلوم الطبيعية بجامعة ولاية سيمارانج إلى ثلاث فئات ، وهي عالية ومتوسطة ومنخفضة.

وأظهرت النتائج أن هناك ١٩ شخصاً في فئة عالية بنسبة ٩,٥٪. كانت معظم المواضيع في فئة متوسطة ، أي ما يصل إلى ١١٤ بنسبة ٥٧,٠٪. وفي الوقت نفسه ، كان ٦٧ موضوعاً في الفئة المنخفضة بنسبة ٣٣,٥٪. بناءً على اختبار الانحدار بين الجودة المتغيرة لنموذج التعلم عبر الإنترنت والإجهاد المدرك ، من المعروف أن القيمة المهمة لتأثير المتغيرين هي ٠,٣٦. مما يعني > ٠,٠٥. لذلك يمكن استنتاج أن هذين المتغيرين لهما تأثير كبير مع قيمة المعامل القياسي -١,٤٨. توضح هذه القيمة أن تأثير جودة نماذج التعلم عبر الإنترنت على الإجهاد المدرك له تأثير سلبي بحيث يتم قبول الفرضية في هذه الدراسة.

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Akhir tahun 2019 tepatnya bulan desember di Wuhan provinsi hubei tiongkok terjadi fenomena yang menggemparkan yaitu munculnya wabah Covid-19 yang sekarang menjangkit manusia. *Wordl Health Organization* menerangkan bahwa *Covid-19* adalah suatu kelompok virus yang dapat menyebabkan penyakit pada hewan atau manusia. Persebaran Covid-19 ke sejumlah Negara sangat cepat sehingga pemerintah memutuskan untuk melakukan *lock down* dan *stay at home*. *Lock down* merupakan kondisi dimana seluruh aktivitas tindakan yang dilakukan oleh warga atau masyarakat dihentikan total untuk sementara dan memberlakukan program *stay at home* (tetap berada didalam rumah) bagi seluruh lapisan masyarakat dengan tujuan agar penyebaran covid-19 dapat diminimalisir.

Data *International Statistic Wordl Health Organization (WHO)* menyebutkan bahwa kasus Covid-19 terkini menunjukkan angka yang sangat tinggi yaitu sebesar 41,332, 899 Juta jiwa terpapar Covid-19 dan dinyatakan meninggal dunia sebesar 1,132,879 juta jiwa. (Organization, 2020). Angka tersebut tidak menutup kemungkinan akan terjadi peningkatan yang signifikan. sehingga membuat masyarakat dunia harus benar-benar waspada dalam menghadapi situasi saat ini.



Indonesia merupakan salah satu Negara bagian yang terinfeksi virus Covid-19. Data Satgas Covid-19 pusat pada tanggal 23 Oktober 2020 menunjukkan jumlah yang positif terinfeksi Covid-19 sebesar 381,910 ribu jiwa dengan tingkat angka kematian sebesar 13.077 ribu jiwa. Hal ini menjadi salah satu bukti bahwa kasus Covid-19 di Negara Indonesia memiliki tingkat persebaran yang sangat tinggi di berbagai kota. Maka dari itu, situasi saat ini merupakan sebuah tantangan yang harus dihadapi Negara ini dengan serius.

Data Satgas Covid-19 pusat menyebutkan urutan ranking tingkat paling berbahaya ada di beberapa wilayah provinsi yaitu DKI Jakarta (99,158), Jawa Timur (50,364), Jawa Barat (33,147), Jawa Tengah (31,302), dan Sulawesi Selatan (17,828). (Nasional, 2020). Jawa tengah merupakan salah satu dari 5 provinsi yang termasuk dalam kategori zona provinsi yang tidak aman.

Semarang merupakan salah satu kota besar di provinsi Jawa Tengah yang menjadi salah satu tujuan pelajar dari berbagai wilayah untuk menempuh pendidikan pada perguruan tinggi. Namun, kondisi wilayah tersebut saat ini berada pada kondisi yang tidak aman dikarenakan wabah penyakit Covid-19. Wabah penyakit Covid-19 memiliki pengaruh yang sangat signifikan pada bidang pendidikan yaitu dengan dikeluarkannya peraturan menteri Melalui surat dari **Mendikbud nomor 36962/MPK.A/HK/2020** bahwa seluruh kegiatan belajar mengajar baik ditingkat sekolah maupun perguruan tinggi semuanya menggunakan model

daring sebagai upaya pencegahan terhadap perkembangan dan penyebaran Covid-19. (kebudayaan, 2020).

Berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti terkait dengan masalah yang terjadi pada penerapan model pembelajaran daring disalah satu perguruan tinggi negeri di kota semarang jawa tengah yaitu Universitas Negeri Semarang pada fakultas MIPA dari jumlah mahasiswa dan mahasiswi sebanyak 1.858 yang melaksanakan pembelajaran dengan model daring peneliti menemukan titik permasalahan yang ada dalam model tersebut dengan hasil mayoritas mahasiswa dan mahasiswi mengatakan tidak efektif dengan alasan sebagai berikut,

*Tidak efektif, terutama pada matkul yang berkaitan dengan praktikum yang tidak bisa dipelajari dengan maksimal dan harus dilakukan sendiri sehingga tingkat kesalahan makin tinggi karena tidak terlalu diawasi. Kecenderungan dosen memberikan tugas bukan pembimbingan materi sehingga mahasiswa hanya paham akan tugas yg diberikan, tidak terlalu memahami*

*Kurang efektif karena yang saya rasakan pribadi, bahkan beberapa teman yang curhat dengan saya semakin kesini semakin bosan dengan pembelajaran daring. model pembelajaran sebagian besar masih monoton, tetapi yang paling menunjukkan ketidakefektifan karena sebagian besar pembelajaran saya adalah praktek dan hal itu sangat perlu adanya diskusi secara langsung dengan teman atau dosen, jika dilakukan secara daring saya rasa kurang maksimal.*

Ketidakefektifan ini berdasarkan hasil survei yang dilakukan peneliti menyebutkan bahwa ketidakefektifan disebabkan oleh beberapa kendala yang menyertai mahasiswa dan mahasiswi yaitu Kuota (60%), Alat elektronik Handphone / Laptop (11%), Sinyal (123%), Listrik (6%). selain itu juga berdasarkan apa yang dirasakan mahasiswa dan mahasiswi jika melihat apa yang diberikan dosen sebagai pendidik dalam memberikan pengajaran dengan model pembelajaran daring ini mayoritas dosen memberikan beban tugas

bukan pembimbingan materi sehingga mahasiswa hanya paham akan tugas yang diberikan saja bukan materi yang seharusnya didapatkan.

Penelitian yang dilakukan pada Fakultas MIPA berdasarkan hasil survei yang sudah dilakukan sangat penting untuk diteliti dikarenakan pada fakultas tersebut yang terdiri dari beberapa program studi seperti Program studi kimia murni, Program studi Biologi murni, Program studi pendidikan biologi yang Mayoritas ada pembelajaran daringnya juga pembelajaran praktikum. Pembelajaran tersebut bisa lebih efektif jika dilaksanakan dengan tatap muka langsung sehingga pemahaman materi dan praktik bisa searah dan maksimal. Akan tetapi, jika dilaksanakan dengan model pembelajaran daring maka mahasiswa dan mahasiswi bisa jadi tidak faham terkait dengan praktikum tersebut dan pembelajarannya. Adanya perasaan khawatir, bingung dan ketakutan dikarenakan dituntut harus faham dalam pembelajaran yang disampaikan pasti muncul. Maka dari itu, inilah yang menjadi sebab simptom *stress* itu muncul pada diri individu.

Melihat akibat-akibat yang di sebabkan oleh pandemi Covid-19 dalam dunia pendidikan khususnya yang berada di kota semarang yang sampai saat ini masih menjalankan proses pembelajaran daring dengan kondisi lingkungan yang belum aman. peneliti memilih lokasi tersebut dikarenakan mahasiswa dan mahasiswi di kota dan kampus tersebut sampai saat ini masih melakukan perkuliahan daring bagi semester 5 yang melaksanakan PKL (Praktik kerja lapangan), KKM (Kuliah kerja nyata), serta tugas akhir (Skripsi) bagi semester 7 dengan model daring juga. Sehingga penelitian ini memiliki ke-khasan dalam subyek penelitian.

Menurut Charismiadjhi (2020) Pembelajaran daring di implementasikan dengan beragam cara oleh pendidik ditengah penutupan sekolah untuk menghentikan penyebaran Covid-19. Namun implementasi yang ada dinilai tidak maksimal sehingga menimbulkan permasalahan sebagai akibat adanya respon yang bertentangan antara model pembelajaran daring dengan model pembelajaran tatap muka. Sehingga dari segi kualitas pembelajaran yang diterima oleh pelajar akan berpengaruh. (Safitri, 2020).

Pembelajaran model daring jika dilihat dari kelebihanya yaitu lebih memudahkan pelajar dalam hal belajar. Namun, disisi lain memiliki pengaruh negatif pada fisik dan psikologis pelajar. hal ini disebabkan oleh ketidaksiapan fisik yang harus bekerja dengan radiasi cahaya Komputer atau handphone yang digunakan untuk belajar beserta pikiran, dan tenaga dalam proses belajar yang berlangsung selama satu semester penuh. Hal ini menyebabkan kelelahan fisik yang berpengaruh pada psikologis pelajar yaitu dengan munculnya simtom *stress*. Simtom *stress* yang muncul yaitu berupa perasaan gelisah, kebingungan dan respon emosi lainnya yang manandakan individu sudah mencapai batas kemampuan secara emosional dalam menghadapi tekanan yang ada di lingkungan sekitarnya. Hal tersebut dinamakan sebagai *perceived stress* / persepsi stress.

Data LPM (Lembaga Pers Mahasiswa) yang melakukan penelitian pembelajaran mengenai sistem online dengan hasil Kuesioner ditanggapi oleh 12 program studi dengan prosentase berbeda. Tingkat gejala stress yang paling tinggi dialami mahasiswa semester 2 dengan prosentase 33,9%

kemudian disusul mahasiswa semester 6 dengan prosentase 30,1% sementara, semester 4 memiliki prosentase 28,5% dan paling rendah 7,5% oleh semester akhir (semester 8). Kemudian berdasarkan hasil survey yang dilakukan oleh **Komisi Perlindungan Anak (KPAI)** pada tahun 2020 bahwa yang menjadi sebab peserta didik tertekan adalah sebanyak 77.6 % pendidik menekankan pembelajaran berorientasi dalam bentuk tugas dan penilaian pada pelaksanaan pembelajaran daring dibandingkan dengan kegiatan pembelajaran yang bermakna.

Penelitian yang dilakukan (Uswatun Hasanah d. , 2020) menjelaskan bahwa secara psikologis beban tugas yang diterima oleh pelajar menjadi salah satu sumber penyebab stress selama pandemi Covid-19. stress yang dialami pelajar meliputi kecemasan dan perasaan tidak enak dalam diri. sehingga pada akhirnya akan berpengaruh pada hasil belajar. Hasil penelitian Cao,fang,hou,han,Xu,Doung & Zheng, (2020) pada 7.143 mahasiswa menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami anxietas berat, 2,7% mengalami anxietas sedang, dan 21,3% mengalami anxietas ringan yang disebabkan oleh perubahan pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran daring. (Uswatun Hasanah L. P., 2020)

Hasil penelitian terdahulu yang menunjukan bahwa dampak perkuliahan daring saat pandemi Covid-19 terhadap mahasiswa indonesia salah satunya adalah adanya beban kerja yang besar. (Argaheni, 2020). Hasil penelitian yang dilakukan Livina PH, Mohammad Fatkhul Mubin, Yazid Basthomi (2020) menunjukan 1.129 mahasiswa secara psikologis mengalami

*stress* akibat adanya perubahan sistem pembelajaran dari tatap muka menjadi sistem daring dengan faktor penyebab paling utama adalah tugas pembelajaran dengan hasil 70,29%, Bosan dirumah aja 57,8%, pembelajaran daring yang membosankan 55,8%, tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang di sayang 40,2%, keterbatasan sinyal 37,4%, tidak dapat melaksanakan kegiatan yang disukai 35,8%. Hasil Penelitian yang lainya dilakukan oleh (Rizky Muharany, 2020) menjelaskan bahwa hubungan pembelajaran jarak jauh dengan tingkat *stress* mahasiswa adalah signifikan memiliki kecenderungan *stress* tingkat rendah dengan pembelajaran jarak jauh yang dilakukan sebanyak  $\geq 12$  kali.

Dapat kita cermati bahwa model pembelajaran daring secara garis besar memiliki efek yang kurang baik untuk psikologis pelajar. Hadirnya wabah Covid-19 mengharuskan dunia pendidikan Indonesia mengikuti alur yang sekiranya dapat menolong kondisi sekolah dalam keadaan darurat. Sekolah perlu memaksakan diri menggunakan media daring. (Aji, 2020). Hal ini sangat penting untuk dikaji dan diteliti dengan alasan hampir diseluruh penelitian yang ada mengenai metode pembelajaran di masa pandemi Covid-19 menyatakan pelajar yang belajar menggunakan metode pembelajaran daring memiliki kemungkinan akan mengalami *stress* yang beragam mulai dari tingkat stres rendah hingga *stress* tinggi.

Berdasarkan fenomena yang ada. penelitian ini bermaksud untuk meneliti hal yang sudah disebutkan lebih lanjut. terkait dengan akibat psikologis yang muncul. Oleh karena itu munculah pertanyaan “ Apakah

kualitas pembelajaran daring ini memiliki pengaruh yang signifikan, sehingga memunculkan akibat secara psikologis terhadap diri individu khususnya pada tingkat *perceived stress*. Dengan dilakukan penelitian ini diharapkan agar dapat mengetahui adanya pengaruh Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Perceived Stress Masa Pandemi Covid-19.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat kualitas model pembelajaran daring pada mahasiswa semester 5 dan 7 universitas negeri semarang ?
2. Bagaimana tingkat perceived stress pada mahasiswa semester 5 dan 7 universitas negeri semarang ?
3. Apakah terdapat pengaruh antara tingkat kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat perceived stress pada mahasiswa semester 5 dan 7 universitas negeri semarang ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan Rumusan Masalah diatas, maka tujuan penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Mengetahui tingkat kualitas model pembelajaran daring yang dilaksanakan mahasiswa semester 5 dan 7 Universitas Negeri Semarang.
2. Mengetahui tingkat perceived stress mahasiswa semester 5 dan 7 Universitas Negeri Semarang.

3. Mengetahui adanya pengaruh antara Kualitas Model pembelajaran daring terhadap tingkat Perceived Stress pada mahasiswa semester 5 dan 7 Universitas Negeri Semarang

#### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan Tujuan penelitian diatas, maka manfaat penelitian yaitu sebagai berikut :

##### **1. Manfaat Teoritis**

Dengan dilaksanakan penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebuah wawasan ilmu baru dalam bidan psikologi pendidikan khususnya dan bidang pendidikan pada umumnya. serta dapat menjadikan pembaca mengetahui dan memahami permasalahan pada adanya pengaruh kulaitas model pembelajaran daring terhadap tingkat perceived stress.

##### **2. Manfaat Praktis**

###### **a. Bagi Mahasisiwa**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu landasan untuk meningkatkan strategi dalam menghadapi model pembelajaran daring sehingga tidak menjadi beban fisik maupun psikologis.

###### **b. Bagi Pendidik**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu landasan untuk lebih memperhatikan kesiapan fisik dan psikologis pelajar dalam menerima ilmu dan tugas-tugas yang diberikan sehingga tidak memberatkan pelajar dalam situasi pandemi Covid-19 ini.



**c. Bagi Instansi**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu hasil penelitian yang dapat menjadi landasan untuk mengevaluasi model pembelajaran daring yang sudah dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan kualitas model pembelajaran daring yang sesungguhnya tanpa adanya beban secara fisik atau psikologis yang diterima oleh pelajar.

**d. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi salah satu landasan untuk menerapkan manajemen waktu yang baik dalam menghadapi model pembelajaran daring sehingga bisa menerima ilmu dengan keadaan fisik dan psikologis yang sehat.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Model Pembelajaran Daring**

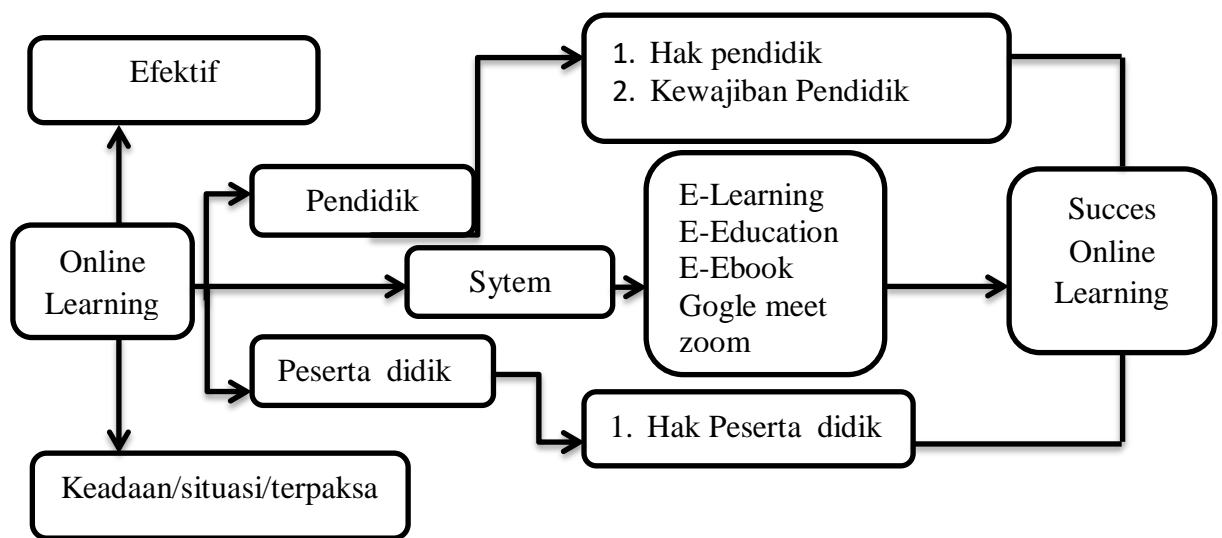
##### **1. Pengertian**

Model Pembelajaran daring merupakan bentuk model pembelajaran yang tidak asing dilakukan oleh kalangan masyarakat dan akademik yang biasa disebut dengan istilah (*Online Learning*). secara umum istilah yang diketahui oleh masyarakat adalah pembelajaran jarak jauh (*Learning Distance*). Pembelajaran daring merupakan pembelajaran yang berlangsung didalam sebuah jaringan yang tersambung antara pendidik dan peserta didik tanpa adanya tatap muka secara langsung. Sedangkan menurut Meidawati, dkk (2019) memaknai bahwa pembelajaran daring merupakan bagian dari pendidikan formal yang dilaksanakan oleh lembaga pendidikan yang diantara pendidik dan peserta didik berada di lokasi yang terpisah, sehingga diperlukanya sebuah tatanan sistem untuk menunjang terlaksananya pembelajaran melalui jaringan tersebut. Pembelajaran melalui jaringan ini bisa dilaksanakan sesuai dengan kebutuhan dan ketersediaan alat pendukung yang digunakan. (Pohan, 2020)

Berdasarkan beberapa definisi diatas model pembelajaran daring merupakan sebuah konsep atau bentuk didalam pembelajaran yang dikemas sedemikian rupa antara pendidik dan pelajar di tempat yang

berbeda melalui perantara jaringan sehingga dapat dipertemukan dalam rangka melaksanakan proses pembelajaran yang efektif dan berkualitas pada masa pandemic covid-19 yang berlangsung hingga saat ini.

**Gambar 2.1 Skema Pembelajaran Daring**



Pembelajaran daring tidaklah suatu hal yang baru dalam dunia pendidikan apalagi pada saat masa seperti ini. Konsep bentuk pembelajaran daring terbentuk sejak meluncurnya aplikasi-aplikasi seperti e-book, e-learning, e-education, e-library, dan lain sebagainya. akan tetapi, pada proses dilaksanakanya konsep pembelajaran daring seperti ini. Lembaga pendidikan hampir semuanya jarang menggunakan aplikasi tersebut dalam proses pembelajaran. Padahal fenomena menunjukan pelaksanaan pembelajaran daring di indonesia dan dunia dimulai pada tahun 2020. situasi ini dikarenakan adanya keadaan yang tidak biasa dialami oleh warga dunia berupa wabah Covid-19. (Ade Chita Putri Harahap D. P., 2020)

## 2. Ketentuan Dan Indikator Kualitas Model Pembelajaran Daring

Didalam melaksanakan model pembelajaran daring agar sesuai dengan Efisiensi, tujuan dan manfaat model pembelajaran. Maka disusunlah sebuah ketentuan-ketentuan yang berbadan hukum dan diatur oleh Peraturan Menteri dan Kebudayaan Republik Indonesia melalui surat edaran nomer 4 tahun 2020 tentang sebuah batasan-batasan dalam pelaksanaan model pembelajaran daring. Berikut merupakan ketentuan-ketentuan dalam model pembelajaran sebagai berikut :

- a) Peserta didik tidak dibebani tuntutan menuntaskan seluruh capaian kurikulum untuk kenaikan kelas.
- b) Pembelajaran dilaksanakan untuk memberikan pengalaman belajar yang bermakna bagi peserta didik.
- c) Difokuskan pada pendidikan kecakapan hidup antara lain mengenai Covid-19.
- d) Tugas dan aktivitas disesuaikan dengan minat dan kondisi siswa, serta mempertimbangkan kesenjangan akses dan fasilitas belajar di rumah.
- e) Bukti atau produk aktivitas belajar dari rumah diberi umpan balik yang bersifat kualitatif dari pendidik, tanpa harus berupa skor/nilai kuantitatif.

Cara untuk mengetahui kesuksesan dalam mewujudkan terciptanya kualitas pembelajaran yang tepat adalah dengan diperlukannya sebuah indikator tercapainya kualitas pembelajaran beserta aspek-aspek

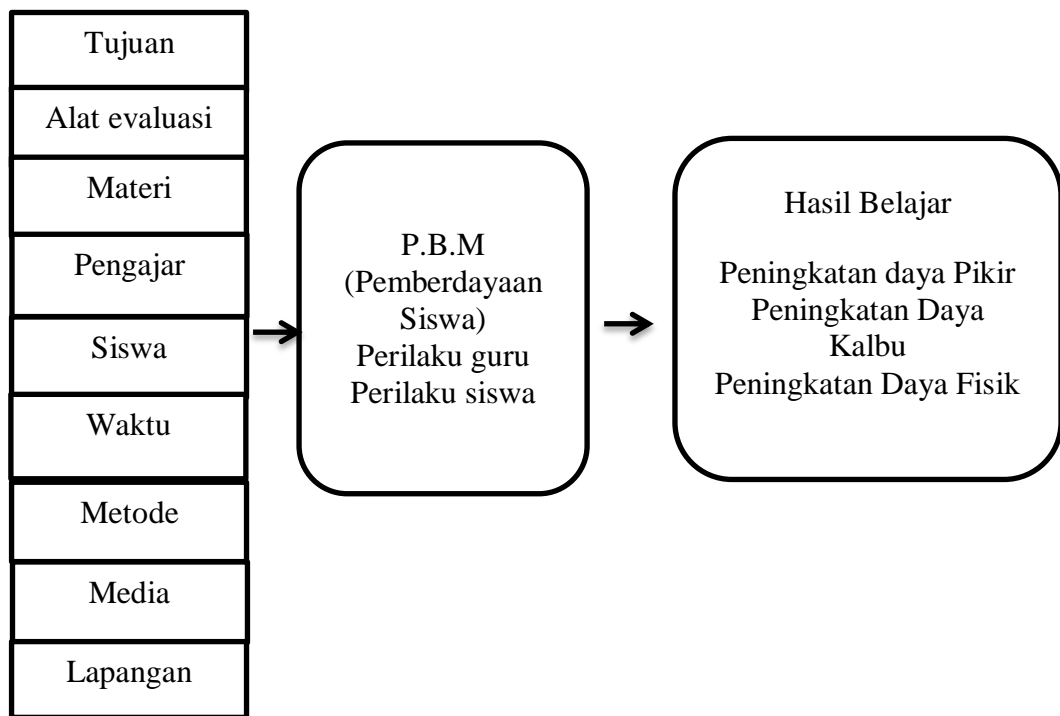
yang ada didalamnya. Hal ini bertujuan untuk mengetahui kualitas pembelajaran yang diterapkan sudah tercapai dengan baik atau belum. Berikut adalah indikator-indikator yang diberikan oleh Depdiknas (2004:8-10) yaitu (1) Perilaku guru dalam proses belajar mengajar, guru bertugas untuk memberikan sebuah dorongan, membimbing, dan memberikan fasilitas belajar bagi siswa untuk mencapai tujuan dari pembelajaran. (2) Guru juga harus bertanggung jawab melihat segala sesuatu yang terjadi didalam kelas dan membantu proses perkembangan siswa. (3) Perilaku guru dalam pembelajaran dapat dilihat kinerjanya.

Kualitas proses belajar mengajar (PBM) akan dikatakan baik jika berlangsung secara efektif. Hal tersebut didukung dengan oleh salah satu kebijakan dasar pendidikan nasional yaitu meningkatkan kualitas pendidikan, baik kualitas proses belajar mengajar maupun produk pembelajaran yang dihasilkan. Teori efektivitas pembelajaran dari Slamet PH (2000) mengatakan bahwa proses belajar yang efektif akan menumbuhkan daya berfikir, daya nalar, dan rasa keingintahuan, dan eksperimentasi untuk menemukan kemungkinan baru, menumbuhkan demokrasi, dan memberikan toleransi pada kekeliruan berfikir akibat kreativitas berfikir. hal tersebut dapat diukur melalui 6 indikator, yaitu sebagai berikut :

- (1) Media pembelajaran.
- (2) Metode mengajar.
- (3) Pemanfaatan waktu.

- (4) Perilaku siswa.
- (5) Materi,
- (6) Fasilitas belajar

**Gambar 2.2 Alur Tingkat Kualitas Model Pembelajaran**



Berdasarkan penjelasan sebelumnya dapat disimpulkan bahwa kualitas pembelajaran yang dianggap baik adalah kualitas pembelajaran yang didalamnya terdapat peran antara pendidikan dan pelajar yang terlibat dalam suatu proses interaksi didalam lingkup ruang belajar. Kemudian bisa melakukan perilaku tertentu yang dikelola oleh pendidik barulah kualitas pembelajaran dapat ditingkatkan. dalam hal ini komunikasi berperan sangat penting dalam penentuan kualitas pembelajaran karena berkaitan dengan informasi keilmuan antara

pendidikan dengan pelajar. Suatu proses pembelajaran dapat dikatakan memiliki kualitas yang baik adalah jika pelajar mampu mengorganisasikan diri untuk mencapai tujuan pendidikan. Kualitas belajar yang benar harus menggunakan semua pancaindra untuk merasakan proses pembelajaran, selain dengan para ahli, kegiatan belajar juga harus didukung dengan niat yang baik pada diri sendiri sehingga mendapatkan apa yang sudah di niatkan kaitanya dalam pembelajaran.

### **3. Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Model Pembelajaran Daring**

Didalam proses pembelajaran sangat dibutuhkan penunjang dalam proses pembelajaran supaya proses pembelajaran yang dilaksanakan dapat berjalan dengan baik dan lancar. Adapun hal-hal yang sangat berpengaruh dalam terciptanya kualitas pembelajaran diantaranya sebagai berikut :

- a) Ilmu pengetahuan yang dikuasai atau dimiliki oleh pendidik.
- b) Kemampuan pendidik dalam membuat perencanaan dalam pembelajaran.
- c) Kemampuan pendidik dalam menggunakan fasilitas atau media pendukung dalam proses pembelajaran.
- d) Kemampuan pendidik dalam melaksanakan pengelolaan kelas.
- e) Kemampuan pendidik dalam mengevaluasi hasil dari proses pembelajaran

Dari sudut pandang terciptanya kualitas pembelajaran yang tepat dapat dilihat dari beberapa aspek yang ada didalamnya adalah aspek

iklim, aspek media dan aspek fasilitas, didalam aspek iklim ini dikatakan berkualitas jika dilihat dari seberapa besar suasana proses pembelajaran yang menarik, menantang, menyenangkan, dan bermakna bagi pelajar. Dari sisi media belajar kualitas dapat dilihat dari seberapa besar tingkat ke-efektifan media belajar yang digunakan oleh pendidik untuk meningkatkan intensitas belajar peserta didik. sedangkan jika dilihat dari segi fasilitas kualitas dapat dilihat dari seberapa besar kontribusi fasilitas terhadap terciptanya sebuah proses pembelajaran yang aman dan nyaman. (Pandiangan, 2019)

#### **4. Model Pembelajaran Dalam Perspektif Islam**

Model pembelajaran dalam perspektif islam selalu bersandar pada sumber hukum agama islam meliputi Al-Qur'an, Al-Hadist dan Ijtihad. Model pembelajaran yang diintegrasikan dengan pandangan islam pasti akan mengacu pada sumber hukum tersebut. Hal ini dikarenakan sumber hukum tersebut merupakan pedoman kehidupan yang akan membawa setiap individu menuju dan semakin dekat dengsn Allah SWT. Di dalam semua aspek kehidupan bagi orang-orang muslim wajib menjadikan sumber hukum islam tersebut sebagai pedoman dalam menjalani kehidupan, Salah satunya adalah dalam menuntut ilmu.

Al-Qur'an, Al-Hadis dan Ijtihad yang diintegrasikan telah melahirkan sebuah landasan bagi dunia pendidikan islam meliputi tiga hal yaitu landasan ideal, landasan ta'abbudi dan landasan tasyri. Berikut merupakan tiga landasan tersebut,



### a. Landasan Ideal

Landasan ideal dalam konsep Al-Qur'an ini menjelaskan tentang sisi penting dalam membentuk keutuhan manusia sebagai hamba Allah SWT yang mulia disisinya yaitu 1) memberikan sebuah arahan tentang asal-usul dan tujuan diciptakannya, 2) memberikan arahan manusia sebagai eksistensi yang memiliki keistimewaan fisik dan psikis serta, 3) manusia merupakan makhluk social dan makhluk yang memiliki hubungan dengan makhluk lain disekitarnya.

Tiga hal diatas akan memberikan sebuah pemahaman bagi manusia mengenai mereka diciptakan untuk menjadi makhluk yang mengajarkan sesuatu kepada makhluk lainnya. Hal ini diterangkan didalam Al-Qur'an surat As-Sajadah ayat 7-9.

Allah SWT berfirman,

الَّذِي أَحْسَنَ كُلَّ شَيْءٍ خَلَقَهُ وَبَدَأَ خَلْقَ الْإِنْسَانِ مِنْ طِينٍ (٧) ثُمَّ  
 جَعَلَ نَسْلَهُ مِنْ سُلَالَةٍ مِّنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ (٨) ثُمَّ سَوَّاهُ وَنَفَخَ فِيهِ مِنْ  
 رُّوحِهِ وَجَعَلَ لَكُمُ السَّمْعَ وَالْأَبْصَارَ وَالْأَفْئِدَةَ قَلِيلًا مَّا تَشْكُرُونَ  
 (٩)

Artinya :

*Yang membuat segala sesuatu yang dia ciptakan sebaik-baiknya dan yang memulai penciptaan manusia dari tanah kemudian*

*dia jadikan menjadi keturunan dari saripati air yang hina. Kemudian dia menyempurnakan dan meniupkan kedalamnya roh (ciptaan)-Nya dan dia menjadikan bagi kamu pendengaran, penglihatan dan hati (tetapi) kamu sedikit sekali bersyukur.*

**b. Landasan Ta'abbudi**

Landasan ta'abbudi dalam konsep Al-Qur'an ini menjelaskan tentang ungkapan-ungkapan berupa pesan atau bisa jadi sebuah nasihat yang secara tidak langsung memiliki *inner monolog* dari berupa gerakan-gerakan dalam ibadah. Makna yang ada dibalik gerakan-gerakan didalam ibadah mengandung arti seperti ta'abdiyah yaitu upaya latihan dari perilaku yang disertai dengan berbagai daya gerak fisik yang teratur, sehingga memiliki kesan didalamnya berupa kesan psikologis dan intelektual yang berasal dari kesatuan tubuh, akal dan hati. Ini merupakan sebuah wujud kesempurnaan yang belum pernah dibahas di teori-teori pendidikan saat ini.

**c. Landasan Tasyri'**

Landasan tasyri' dalam konsep Al-Qur'an ini menjelaskan tentang landasan syariat. Dalam hal ini landasan yang dimaksud adalah sebuah aturan, pembatas, serta pengatur seluruh hubungan insaniah, alamiah dan tentang wujud ketertarikan seorang muslim dengan dirinya sendiri, lingkungan sekitar dan Allah SWT,

Didalam agama islam, syariat memiliki kaidah-kaidah dan tatanan tingkah laku untuk mengatur kehidupan seorang muslim agar

tertata dengan baik dan sistematis. Hal ini bisa dilihat dari kemampuan-kemampuan yang dimiliki yaitu sebagai berikut :

1. Berfikir dan Berwawasan.
2. Berfikir objektif serta sadar tentang segala yang diperbuat, dikatakan dan dikehendaki.
3. Berfikir kritis menghadapi perkembangan zaman dituntut untuk berjihad.
4. Berfikir logis dan mampu mendedikasi.
5. Senang belajar dan mencapai hakikat ilmiah.

Sebuah prinsip dalam model pembelajaran memiliki posisi yang sangat penting. dikarenakan dengan adanya sebuah model, maka pembelajaran dapat berjalan sesuai dengan gaya dan aturan ayang telah ditentukan. Pendidikan sendiri merupakan implementasi dari rasa kasih sayang yang secara fitrah dimiliki oleh setiap individu. Allah SWT telah memberikan sebuah pengajaran bagaimana mengajar itu melalui kasih sayang.

Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an surat At-Thoha ayat 42-44,

إِذْهَبْ أَنْتَ وَأَخُوكَ بِآيَتِي وَلَا تَنِيَا فِي ذِكْرِي (٤٢) إِذْهَبَا إِلَى

فِرْعَوْنَ إِنَّهُ طَغَى (٤٣) فَقُولَا لَهُ قَوْلًا لَّيِّنًا لَّعَلَّهُ يَتَذَكَّرُ أَوْ يَخْشَى

(٤٤)

Artinya

*Pergilah kamu berserta saudaramu dengan membawa ayat-ayatKu, dan janganlah kamu berdua lalai dalam mengingat—u. Pergilah kamu berdua kepada Fir'aun, sesungguhnya dia telah melampaui batas. maka berbicaralah kamu berdua kepadanya dengan kata-kata yang lemah lembut mudah-mudahan ia ingat atau takut”.*

## **B. Perceived Stress**

### **1. Pengertian Perceived Stress**

*Perceived Stress* merupakan gambaran keadaan psikologis pada diri individu yang muncul akibat adanya tekanan psikologis yang memicu munculnya stress yang terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan sekitarnya melebihi dari kemampuan menyesuaikan pada diri individu tersebut. Menurut Cohen, (2013) mengatakan secara umum peristiwa *stress* pada diri individu akan mempengaruhi pathogenesis penyakit fisik yang memicu keadaan afektif menjadi negatif seperti perasaan cemas hingga depresi, sehingga akan memberikan efek langsung pada proses biologis atau pola perilaku yang mempengaruhi resiko penyakit. Sedangkan menurut Varghese, Norman, Thavaraj (2015) menjelaskan bahwa *perceived stress* merupakan perasaan atau pikiran yang dimiliki oleh individu yang dapat membuat stress. Kupriyanov dan Zhdanov (2014) mengatakan bahwa stress yang ada pada saat ini merupakan sebuah atribut kehidupan modern. Hal ini dikarenakan kondisi

*stress* sudah menjadi bagian dari hidup yang tidak bisa terelakkan. baik dilingkungan sekolah, lingkungan kerja, lingkungan keluarga, atau dimanapun, stres bisa dialami oleh siapapun baik anak-anak hingga lanjut usia. dengan arti *stress* akan terjadi pada siapapun dan dimanapun tempatnya. (Arasibenginiare, 2019)

Berdasarkan definisi yang sudah di paparkan diatas, peneliti merujuk pada definisi *stress* yang dikemukakan oleh Cohen (2013) yang menyatakan bahwasanya tekanan psikologis atau stress terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan sekitarnya melebihi dari kemampuan menyesuaikan pada diri individu tersebut. Secara umum peristiwa *stress* pada diri individu akan mempengaruhi *pathogenesis* penyakit fisik yang memicu keadaan afektif menjadi negatif seperti perasaan cemas hingga depresi, sehingga akan memberikan efek langsung pada proses biologis atau pola perilaku yang mempengaruhi resiko penyakit

## **2. Dimensi Perceived Stress**

Perceived stress berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Cohen yang merujuk pada definisinya yang bersifat undimensional atau hanya satu dimensi saja menggunakan *Perceived Stress Scale (PPS)*. Dijelaskan bahwa skala ini dirancang untuk menilai sebuah persepsi seseorang mengenai *stress*, perasaan dan juga pemahaman mereka selama beberapa bulan terakhir mengenai *stress* yang di rasakan.

Persepsi terhadap stres dapat diartikan sejauh mana individu kuat merasakan tekanan karena adanya tuntutan. Kondisi persepsi terhadap stres diungkap dengan skala persepsi terhadap stres yang peneliti adaptasi dari penelitian lain menggunakan *Perceived Stress Scale* (Cohen, 1994) dimana PSS 23 merupakan sebuah instrumen penelitian yang paling banyak digunakan untuk mengukur persepsi terhadap *stress* yang dialami oleh individu. Semakin tinggi skor yang diperoleh, maka semakin tinggi tingkat persepsi terhadap *stress* individu. Sedangkan semakin rendah skor yang diperoleh, maka semakin rendah tingkat persepsi terhadap stress individu.

Hewitt, Flett, dan Mosher (1992) menjelaskan bahwasanya *perceived stress* memiliki dua dimensi *stress*, yaitu :

- a) *Perceived distress* merupakan sebuah reakti afeksi negative seperti keal, marah, gugup, dan tertekan karena ketidakmampuan dalam mengendalikan stressor.
- b) *Perceived control* merupakan sebuah reaksi mengontrol rasa percaya diri, mengatasi stress dan mengatasi kekhawatiran dalam kehidupan.

Persepsi terhadap *stress* diukur dengan menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Cohen (1994) yang terdiri dari:

a. *Unpredictable*

Seberapa kuat perasaan atau emosi individu yang tidak dapat diprediksi dalam kehidupannya.

b. *Uncontrollable*

Seberapa kuat perasaan individu saat tidak dapat mengontrol segala hal yang terjadi pada dirinya.

c. *Overloaded*

Seberapa kuat perasaan individu saat penuh dengan beban atau tuntutan

Penelitian yang akan dilakukan ini akan menggunakan alat ukur *Perceived Stress Scale (PPS)* bersifat undimensional yang tujuannya untuk mengukur sebuah persepsi seseorang terhadap stress dan terdiri dari 10 item. Peneliti menggunakan alat ukur ini untuk melihat bagaimana Tingkat *Perceived stress* Mahasiswa pada masa pandemi Covid-19 selama beberapa bulan terakhir.

### 3. *Perceived Stress Menurut Perspektif Islam*

Istilah *stress* merupakan istilah yang sangat sering kita jumpai disekeliling kita, bahkan di lingkungan yang menurut kita sangat dekat yaitu lingkungan keluarga. kondisi seperti ini merupakan hal yang wajar terjadi dikarenakan setiap individu sangat berpeluang untuk mengalami *stress*.

Didalam Al-Qur'an *stress* juga dijelaskan dalam surat Al-Ma'arij ayat 19-21 Allah SWT berfirman,

﴿ إِنَّ الْإِنْسَانَ خُلِقَ هَلُوعًا (١٩)

إِذَا مَسَّهُ الشَّرُّ جَزُوعًا (٢٠) ﴾ ﴿ وَإِذَا مَسَّهُ الْخَيْرُ مَنُوعًا (٢١)

Yang artinya :

*“Sesungguhnya manusia diciptakan bersifat keluh kesah lagi kikir. Apabila sia ditimpa kesusahan ia berkeluh kesah, dan apabila ia mendapatkan kebaikan ia amat kikir”.*

Berdasarkan ayat diatas Allah SWT menjelaskan bahwa keadaan individu ketika diberikan sebuah masalah atau dihadapkan pada sebuah masalah adalah sering kalinya mereka berkeluh kesah karena memang pada hakikatnya Allah SWT memberikan sifat tersebut. Sehingga dengan demikian akan menimbulkan perasaan ketidakberdayaan individu dalam menyelesaikan masalah kehidupan yang menurut mereka memberikan tekanan dan ketegangan yang hebat.

Namun, ketika Allah SWT memberikan sebuah masalah, cobaan atau ujian kepada individu, maka Allah SWT tidak akan memberikan semuan itu melebihi kekuatan atau kemampuan yang dimiliki individu.

Al-Qur'an surat Al-Baqarah ayat 286, Allah SWT berfirman :

لَا يُكَلِّفُ اللَّهُ نَفْسًا إِلَّا وُسْعَهَا ۚ لَهَا مَا كَسَبَتْ وَعَلَيْهَا مَا اكْتَسَبَتْ ۗ  
 رَبَّنَا لَا تُؤَاخِذْنَا إِنْ نَسِينَا أَوْ أَخْطَأْنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تَحْمِلْ عَلَيْنَا إَصْرًا  
 كَمَا حَمَلْتَهُ عَلَى الَّذِينَ مِنْ قَبْلِنَا ۗ رَبَّنَا وَلَا تُحَمِّلْنَا مَا لَا طَاقَةَ لَنَا بِهِ  
 وَاعْفُ عَنَّا وَارْحَمْنَا ۚ أَنْتَ مَوْلَانَا فَانصُرْنَا عَلَى الْقَوْمِ

الْكَافِرِينَ ۚ- (٢٨٦)



Yang artinya :

*“Allah tidak membebani seorang melainkan sesuai dengan kesanggupannya. Ia mendapat pahala (dari kebaikan) yang diusahakannya dan ia mendapay siksa (dari kejahatan) yang dikerjakannya. (Mereka berdoa) : Ya tuhan kami, janganlah engkau hukum kami jika kami lupa atau tersalah. Ya tuhan kami, janganlah engkau bebankan kepada kami beban yang berat sebagaimana engkau bebankan kepada orang-orang yang sebelum kami. Ya tuhan kami, janganlah engkau pikulkan kepada kami apa yang tak sanggup kami memikulnua. Beri maaflah kami, ampunilah kami, dan rahmatilah kami. Engkau penolong kami terhadap kaum yang fakir.” (QS.Al-Baqarah : 286)*

Ayat diatas menerangkan kepada seluruh umat manusia bahwa segala sesuatu bentuk ujian atau tekanan dalam kehidupan semuanya adalah bentuk rasa kasih sayang Allah SWT dengan tujuan supaya umat manusia lebih dekat lagi kepada-Nya serta merupakan karunia Allah SWT yang diberikan berdasarkan kemampuan manusia itu sendiri. Salah satu ujian yang diberikan Allah SWT kepada manusia adalah Stres atau adanya tekanan dari masalah yang dihadapi. Ujian atau cobaan yang diberikan akan memberikan dampak negative bagi psikologis seseorang jika dalam proses menghadapinya tidak menggunakan ikhtyar dan tawakal. Akan tetapi, jika semua dihadapi dengan penuh percaya diri ikhtyar dan tawakal maka ujian atau cobaan itu akan menjadikan diri menjadi lebih baik atau akan mendatangkan kesan yang baik. Jadi kunci dari semuanya ada pada diri kita.

Ujian atau cobaan yang diberikan Allah Swt dibagi menjadi dua macam ujian, yaitu ujian yang berupa kebaikan dan ujian yang berupa keburukan. Kaitanya dengan hal diatas, Allah SWT menerangkan dalam surat Al-Anbiya' ayat 35

كُلُّ نَفْسٍ ذَائِقَةُ الْمَوْتِ وَنَبْلُوكُم بِالشَّرِّ وَالْخَيْرِ فِتْنَةً وَإِلَيْنَا تُرْجَعُونَ – (٣٥)

Yang artinya :

*“ Tiap-tiap orang yang berjiwa akan merasakan mati. kami akan menguji kamu dengan keburukan dan kebaikan sebagai cobaan (yang sebenar-benarnya). dan Hanya kepada kamilah kamu dikembalikan”.*

Ayat diatas menjelaskan bahwa yang dimaksud ujian yang berupa kebaikan adalah sebuah keberhasilan, kekayaan yang berlimpah, kehormatan, jabatan yang tinggi dan sebagainya. Sedangkan berupa keburukan adalah adanya sebuah ketakutan, kemiskinan, tertimpa musibah, kekurangan harta benda, kematian, cacat tubuh dan lain sebagainya.

Allah SWT berfirman dalam surat Al-Baqarah ayat 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ  
وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِيرِ الصَّابِرِينَ

Yang artinya :

*‘Dan sungguh akan kami berikan cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa dan buah-buahan. Dan berikanlah berita gembira kepada orang-orang yang sabar.’ (QS. Al-Baqarah :155).*

Berbagai ujian yang datang menimpa manusia yang bersifat buruk bisa menyebabkan munculnya berbagai gangguan psikologis manusia seperti adanya sebuah tekanan pikiran atau stres. Stres dapat terjadi karena adanya sebuah perubahan tertentu dalam kehidupan yang mana manusia belum bisa menyesuaikan diri pada perubahan-perubahan yang terjadi tanpa adanya kesiapan untuk menerima hal tersebut. Dalam ajaran islam, segala sesuatu bentuk harta benda dan kehidupan merupakan titipan dari Allah swt dan Segalanya berasal dari Allah SWT dan kembali kepada-Nya

### **C. Hubungan Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Dengan Tingkat *Perceived Stress***

Model pembelajaran daring merupakan sebuah konsep atau bentuk didalam pembelajaran yang dikemas sedemikian rupa antara pendidik dan pelajar di tempat yang berbeda melalui perantara jaringan sehingga dapat dipertemukan dalam rangka melaksanakan proses pembelajaran yang efektif dan berkualitas pada masa pandemic covid-19 yang berlangsung hingga saat ini. hal tersebut dapat diukur melalui 6 indikator, yaitu 1) media pembelajaran, 2) metode mengajar, 3) pemanfaatan waktu, 4) perilaku siswa, 5) materi, dan 6) fasilitas belajar. Sedangkan, *Perceived Stress* merupakan keadaan psikologis pada diri individu yang muncul akibat adanya tekanan psikologis yang memicu munculnya stress yang terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan sekitarnya melebihi dari kemampuan menyesuaikan pada diri individu tersebut. Hal tersebut dapat diukur dengan memperhatikan aspek

yang ada didalam perceived stre yaitu 1) *Unpredictable* mengenai Seberapa kuat perasaan atau emosi individu yang tidak dapat diprediksi dalam kehidupannya. 2) *Uncontrollable* mengenai Seberapa kuat perasaan individu saat tidak dapat mengontrol segala hal yang terjadi pada dirinya. 3) *Overloaded* mengenai Seberapa kuat perasaan individu saat penuh dengan beban atau tuntutan.

Beberapa penelitian telah dilakukan mengenai pembelajaran daring dan *Perceived Stress*. Diantaranya adalah penelitian yang dilakukan oleh LPM (Lembaga Pers Mahasiswa) yang melakukan penelitian pembelajaran mengenai sistem online dengan hasil Kuesioner tersebut ditanggapi oleh 12 program studi dengan prosentase berbeda. Tingkat gejala stres yang paling tinggi dialami mahasiswa semester 2 dengan persentase 33,9% kemudian disusul mahasiswa semester 6 dengan persentase 30,1% sementara, semester 4 memiliki prosentase 28,5% dan paling rendah 7,5% oleh semester akhir (semester 8). Penelitian lain yang dilakukan (Uswatun Hasanah d. , 2020) menjelaskan bahwa secara psikologis beban tugas yang diterima oleh pelajar menjadi salah satu sumber penyebab stress selama pandemi Covid-19. *stress* yang dialami pelajar meliputi kecemasan dan perasaan tidak enak dalam diri. sehingga pada akhirnya akan memperngaruhi hasil belajar.

Cao, fang, hou, han, Xu, Doung & Zheng, (2020) melakukan sebuah penelitian pada 7.143 mahasiswa yang menunjukkan bahwa 0,9% mahasiswa mengalami *anxietas* berat, 2,7% mengalami *anxietas* sedang, dan 21,3% mengalami *anxietas* ringan yang disebabkan oleh perubahan pembelajaran

tatap muka menjadi pembelajaran daring. (Uswatun Hasanah L. P., 2020) Terdapat penelitian lain yang menunjukkan bahwa dampak perkuliahan daring saat pandemi Covid-19 terhadap mahasiswa indonesia salah satunya adalah adanya beban kerja yang besar mengingat ada banyak mata kuliah yang harus di dilakukan pada masa pandemic Covid-19. (Argaheni, 2020)

Hasil penelitian yang dilakukan Livina PH, Mohammad Fatkhul Mubin, Yazid Basthomi (2020) menunjukkan 1.129 mahasiswa secara psikologis mengalami *stress* akibat adanya perubahan sistem pembelajaran dari tatap muka menjadi sistem daring dengan faktor penyebab paling utama adalah tugas pembelajaran dengan hasil 70,29%, Bosan dirumah aja 57,8%, pembelajaran daring yang membosankan 55,8%, tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang di sayang 40,2%, keterbatasan sinyal 37,4%, tidak dapat melaksanakan kegiatan yang disukai 35,8%. Hasil Penelitian yang lainnya dilakukan oleh (Rizky Muharany, 2020) menjelaskan bahwa hubungan pembelajaran jarak jauh dan gangguan somatoform dengan tingkat stress mahasiswa adalah signifikan memiliki kecenderungan stress tingkat rendah dengan pembelajaran jarak jauh yang dilakukan sebanyak  $PJJ \geq 12$  kali.

Setelah mengetahui penelitian terdahulu mengenai hubungan kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat *perceived stress* kita dapat mengambil kesimpulan bahwasanya jika suatu perguruan tinggi memiliki kualitas model pembelajaran daring yang tinggi akan memiliki kecenderungan tingkat *Perceived Stress* nya rendah begitupun sebaliknya. atas dasar tersebut peneliti hendak melakukan penelitian lebih lanjut kepada

mahasiswa semester 5 dan 7. Dengan tujuan, untuk mengetahui bagaimana pengaruh kualitas model pembelajaran daring yang dilaksanakan terhadap tingkat *Perceived Stress* mahasiswa semester 5 dan 7 pada model pembelajaran daring.

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Peneliti memunculkan hipotesis pada penelitian ini bahwa terdapat pengaruh negative yang signifikan pada kualitas model pembelajaran daring dengan *Perceived Stress* mahasiswa semester 5 dan 7. Apabila mahasiswa tersebut mendapatkan tingkat kualitas model pembelajaran daring yang sangat tinggi maka nilai tingkat *perceived stress* nya rendah. Begitu pula sebaliknya, apabila tingkat kualitas model pembelajaran daring rendah maka akan tinggi nilai tingkat *perceived stress*.

### **BAB III**

#### **METODOLOGI PENELITIAN**

##### **A. Pendekatan Penelitian**

Penelitian yang akan dilaksanakan ini menggunakan penelitian dengan pendekatan kuantitatif. (Azwar, Metodologi Penelitian, 2010) penelitian dengan pendekatan kuantitatif merupakan suatu pendekatan yang menekankan pada daya analisis data-data numerical (angka) yang diolah menggunakan metode statistika. pada awal mulanya pendekatan kuantitatif dilakukan pada penelitian inferensial (dalam rangka menguji hipotesis) dan menyandarkan hasil atau kesimpulan pada suatu probabilitas kesalahan penolakan hipotesis yang nihil. Dengan pendekatan kuantitatif ini akan diperoleh signifikansi tingkat antar variabel hubungan dan pengaruh antar variabel yang diteliti dengan jumlah sampel yang besar.

Metodologi penelitian yang akan digunakan peneliti adalah dengan menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan beberapa uji didalamnya yaitu Uji validitas dan reliabilitas, Uji analisis deksriptif ( Uji hipotetik ), Uji normalitas, Uji linieritas, Uji hipotesis (Uji korelasional dan Uji regresi). yang bertujuan untuk menyelidiki variasi pada suatu variable yang berkaitan dengan variasi pada satu atau lebih variable lain, Dari penelitian yang akan dilakukan ini di prediksi akan mendapatkan informasi mengenai data yang valid dan reliabel, tingkat kategorisasi, kenormalan data serta linieritas hubungan yang terjadi hingga pengaruh yang ada dalam variabel penelitian ini.

## B. Variabel Penelitian

Variabel merupakan kumpulan dari objek penelitian pada sifat tertentu (Purwanto, 2010). Objek digunakan sebagai sasaran sebuah penelitian yang akan diambil datanya untuk diteliti lebih lanjut. Kumpulan data tersebut selanjutnya akan dilakukan pengukuran agar mendapatkan hasil yang ingin diketahui dari suatu penelitian.

Penelitian ini menggunakan dua variabel yang dijadikan sebagai objek dari penelitian. Kedua variabel tersebut dibagi menjadi dua yaitu, Variabel bebas dan Variabel terikat. Variabel bebas merupakan variabel yang memiliki nilai pengaruh terhadap variabel lainya. Sedangkan variabel terikat dapat diartikan sebagai variabel yang nilainya dipengaruhi oleh variabel bebas.

Dalam penelitian ini yang termasuk kedalam variabel bebas adalah kualitas model pembelajaran daring, dan yang menjadi variabel terikatnya adalah tingkat *perceived stress*. Peneliti memilih kualitas model pembelajaran daring sebagai variabel bebas dikarenakan apabila terdapat pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat *perceived stress* akan muncul dugaan apabila mahasiswa dan mahasiswi tersebut mendapatkan model pembelajaran daring yang sangat tinggi maka nilai tingkat *perceived stress* nya rendah. Begitu pula sebaliknya, apabila tingkat kualitas model pembelajaran daring rendah maka nilai tingkat *perceived stress* akan semakin tinggi.

## C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Definisi operasional adalah sebuah penjelasan terhadap sesuatu hal secara operasional yang didasarkan pada konsep dan indikator menurut



karakteristik variabel yang akan diamati dengan pengujian terhadapnya. (azwar, 2010). Proses pemahaman tentang masing-masing variabel penelitian adalah dengan mengetahui definisi operasional dari masing-masing variabel yang akan diteliti maka penjelasan terkait dapat diterima secara subyektif. Berikut definisi operasional pada variabel yang digunakan dalam penelitian ini :

### **1. Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring**

Tingkat kualitas model pembelajaran daring yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mengenai bagaimana pembelajaran yang dilaksanakan melalui jaringan berjalan dengan baik dan memberikan efek baik kepada peserta didik atau malah sebaliknya. hal tersebut dapat diukur melalui 6 indikator, yaitu sebagai berikut :

- (1) Media pembelajaran.
- (2) Metode mengajar,
- (3) Pemanfaatan waktu.
- (4) Perilaku siswa ,
- (5) Materi,
- (6) Fasilitas belajar.

### **2. Tingkat perceived stress**

Tingkat perceived stress yang dimaksud dalam penelitian ini adalah mengenai situasi / suasana / keadaan jiwa / psikis yang disebabkan oleh keadaan lingkungan sekitar yang tidak kondusif, adanya tekanan, dan dinamika ketahanan dalam menerima sesuatu dari lingkungan

external. Persepsi terhadap stres diukur dengan menggunakan dimensi-dimensi yang dikemukakan oleh Cohen (1994) yang terdiri dari:

*a. Unpredictable*

Seberapa kuat perasaan atau emosi individu yang tidak dapat diprediksi dalam kehidupannya.

*a. Uncontrollable*

Seberapa kuat perasaan individu saat tidak dapat mengontrol segala hal yang terjadi pada dirinya.

*b. Overloaded*

Seberapa kuat perasaan individu saat penuh dengan beban atau tuntutan.

## **D. Populasi Dan Sampel**

### **1. Populasi**

Populasi adalah keseluruhan nilai yang berasal dari hasil menghitung maupun hasil mengukur, baik secara kuantitatif maupun kualitatif dari karakteristik kumpulan objek yang lengkap dan jelas (Sudjana, 1996). Menurut Hadjar (1996) dan Creswell (2002), Populasi merupakan suatu kelompok besar individu yang mempunyai sifat atau karakteristik umum yang sama. Dalam Penelitian ini, peneliti memilih populasi mahasiswa dan mahasiswi angkatan 2017-2018 semester 5 dan 7 sebanyak 1.858 (UNNES, 2020; UNNES, 2020), maka peneliti mengambil sampel sejumlah 200 dari populasi keseluruhan mahasiswa dan mahasiswi yang sedang melaksanakan pembelajaran daring.

Dalam praktiknya, Penelitian Kuantitatif mengambil beberapa bagian dari daftar populasi sebagai populasi sasaran. Populasi sasaran adalah sekelompok individu dengan beberapa karakteristik umum yang dapat diidentifikasi dan dipelajari oleh peneliti (Creswell, 2002)

## **2. Sampel**

Sampel adalah sub-kelompok dari populasi sasaran yang akan dipelajari penelitian untuk digeneralisasi tentang populasi sasaran yang akan mewakili seluruh populasi. Untuk menentukan sebuah sampel yang dipilih terdapat teknik sampling atau sebuah proses penelitian yang menentukan sampel berdasarkan target penelitian yang sesuai. Untuk mencapai sampel target penelitian yang tepat, maka dibutuhkan kriteria-kriteria didalamnya. Didalam sampel sendiri kriteria dibagi menjadi dua (2) yaitu kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Adapun kriteria Inklusi dan Kriteria Eksklusi memiliki pengertian sebagai berikut :

### **a. Kriteria Inklusi**

Kriteria inklusi merupakan kriteria dimana individu/subyek penelitian memenuhi persyaratan untuk terlibat dalam penelitian (Irfannuddin, 2019). Adapun kriteria inklusi dalam penelitian adalah sebagai berikut :

1. Mahasiswa dan Mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang
2. Angkatan 2017-2018

3. Mahasiswa dan Mahasiswi On-Going semester 5 dan 7.
4. Sedang melaksanakan proses pembelajaran metode daring.

**b. Kriteria Ekslusi**

Kriteria ekslusi merupakan kriteria individu yang telah masuk kriteria inklusi, namun memiliki kondisi tertentu sehingga harus dikeluarkan dari penelitian. (Irfannuddin, 2019). Adapun kriteria ekslusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Mahasiswa dan mahasiswi selain Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang.
2. Mahasiswa On-going selain semester 5 dan 7
3. Sedang tidak melaksanakan proses pembelajaran daring

Teknik sampling yang akan digunakan didalam penelitian ini adalah dengan menggunakan *Nonprobability sampling* dengan metode (Quota Sampling). Quota sampling adalah pengambilan sampel yang dilakukan dengan mengambil sejumlah sampel dari populasi yang memiliki ciri-ciri tertentu hingga kuota sampel yang diinginkan terpenuhi. (Sugiyono, 2017). Peneliti mengambil sampel dari mahasiswa Semester 5 dan 7 yang sedang melaksanakan pembelajaran daring. Dari jumlah populasi yang diketahui sebanyak 1.858 (UNNES, 2020), maka peneliti mengambil sample sejumlah 200 dari populasi keseluruhan mahasiswa yang sedang melaksanakan pembelajaran daring.

**E. Metode Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data didalam penelitiani ini menggunakan pendekatan kuantitatif yang mana data yang didapatkan berasal dari bantuan

instrument penelitian berupa kuesioner (angket). Proses pengumpulan yang dilakukan adalah dengan cara membagikan skala sebagai instrument penelitian tersebut kepada responden yang telah ditentukan pada teknik pengambilan sampel yang sudah diterangkan sebelumnya. Responden yang sesuai dengan ketentuan sampel yang diharapkan akan memberikan jawaban sesuai dengan apa yang dirasakan atau dialami oleh responden. Kuesioner yang disebar merupakan kuesioner yang didalamnya terdapat sebuah pertanyaan maupun pernyataan tertulis yang di lampirkan oleh peneliti untuk dijawab oleh responden dengan tujuan peneliti memperoleh data penelitian.

#### **F. Instrument Penelitian**

Instrument penelitian adalah alat bantu dalam pelaksanaan penelitian yang memiliki fungsi sebagai alat untuk mengumpulkan data penelitian yang dibutuhkan. Instrument penelitian dari pengertian yang lain menjelaskan bahwa merupakan sebuah media pengumpul data untuk mengamati fenomena ataupun perilaku sosial yang terjadi. Bentuk dari instrument penelitian berhubungan dengan metode pengumpulan data. Instrument yang digunakan untuk mengukur Kualitas model pembelajaran dan tingkat perceived stress dalam penelitian ini adalah menggunakan kuesioner (Angket).

Pada angket yang digunakan dalam penelitian ini terdapat aitem-aitem yang dibedakan sifatnya menjadi favorable dan unfavorable. Aitem Favorable merupakan aitem yang memiliki ciri-ciri yang mendukung terhadap aspek dan indicator yang diukur. Sedangkan aitem unfavorable ialah sebaliknya yaitu aitem yang bertentangan atau tidak mendukung terhadap aspek atau indicator yang diukur.

**Tabel 3.1 Kisi-Kisi Tingkat Kualitas Model Pembelajaran**

<b>Dimensi K.P</b>			
<b>Variabel</b>	<b>Indikator</b>	<b>No. Item</b>	<b>Jumlah</b>
Kualitas Model Pem.	a. Media Pem.	1, 2, 3, 4, 5, 6	6
	b. Metode Pem	7, 8, 9, 10	4
	c. Pemanfaatan W.	11, 12, 13, 14, 15	5
	d. Perilaku siswa.	16, 17, 18, 19, 20	5
	e. Materi.	21, 22, 23, 24, 25	5
	f. Fasilitas Belajar.	26, 27, 28, 29, 30	5
Total			30

**Tabel 3.2 *Blueprint* Tingkat Kualitas Model Pembelajaran**

<b>Indikator</b>	<b>Nomor Item</b>		<b>Jumlah</b>
	<b>Fav</b>	<b>Unfav</b>	
a. Media Pem.	1, 2, 3, 5	4, 6	6
b. Metode Peng	7, 8, 9, 10		4
c. Pemanfaatan Waktu	13, 15	11, 12, 14	5
d. Perilaku siswa	17, 18, 20	16, 19	5
e. Materi	21, 22, 23	24, 25	5
f. Fasilitas Belajar	26, 29, 30	27, 28	5
Total			30

**Tabel 3.3 *Blueprint* Skala Perceived Stress**

<b>Aspek</b>	<b>Nomor Item</b>		<b>Jumlah</b>
	<b>Fav</b>	<b>Unfav</b>	
<i>Unpredictable</i>	1, 6	4, 5	4
<i>Uncontrollable</i>	2, 10	7, 8	4
<i>Pressure</i>	3, 9		2
Total			10

**Tabel 3.4 Skor Masing-Masing Jawaban**

<b>Respon</b>	<b>Favorable</b>	<b>Unfavorable</b>
Tidak Pernah	1	5
Hampir Tidak Pernah	2	4
Kadang-kadang	3	3
Sering	4	2
Sangat Sering	5	1

### G. Uji Validitas Dan Reliabilitas

Pada tahap pengujian instrument penelitian yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan penggalian data yang baik terdapat dua tahap pengujian yaitu uji validitas dan uji reliabilitas. Instrumen penelitian dapat dikatakan valid apabila instrument penelitian tersebut dapat menghasilkan skor yang akurat. Uji validitas dapat dilakukan dengan menggunakan korelasi *product moment*, yaitu mengkorelasikan skor masing-masing item dengan skor total. Skor total sendiri adalah skor yang diperoleh dari penjumlahan skor item untuk instrumen tersebut. (Agung widhi Kurniawan, 2016). Pengujian valid ini dilakukan untuk mengukur kesesuaian aitem-aitem yang digunakan dalam penelitian dengan memperhatikan variabel yang akan diukur. kelayakakan dari sebuah aitem yang digunakan dalam penelitian dapat dinilai dari penilaian yang dilakukan kelompok individu atau pendapat ahli. Aitem akan lebih obyektif apabila semakin banyak yang menilai. Semakin teruji instrument penelitian, maka akan menunjukkan hasil yang semakin baik pula.

Reliabilitas merupakan uji kedua yang dilakukan untuk mengetahui tingkat kepercayaan suatu aitem pertanyaan dalam mengukur variabel yang diteliti. Suatu instrument penelitian dapat memiliki tingkat kepercayaan yang tinggi, jika hasil dari pengujian instrument menunjukan hasil yang relatif tetap (konsisten). Uji reliabilitas dilakukan dengan menggunakan pendekatan *internal consistency reliability* yang menggunakan *alphacronbach* untuk mengidentifikasi seberapa baik hubungan antara item-item dalam

instrument penelitian. Setelah instrumen penelitian tersusun serta diuji validitas dan reliabilitasnya, langkah selanjutnya adalah penyebaran kuesioner. (Agung widhi Kurniawan, 2016)

## H. Analisis Data Penelitian

Tahapan berikutnya setelah melakukan pengumpulan data yang diperoleh, maka akan diproses dengan menganalisa data penelitian. Data yang sudah diperoleh akan disusun sesuai distribusi kelompok pada masing-masing variabel penelitian dengan tujuan untuk mempermudah peneliti membaca dan memahami data penelitian secara menyeluruh. Suatu kelompok. Pada data yang sudah di kelompokkan akan menunjukkan bentuk *central tendency* atau kecenderungan yang memusat pada tiap variabelnya. Maka dari itu dicarilah nilai rata-rata yang didapatkan dari proses membagi jumlah nilai-nilai yang didapatkan dari jumlah individu dengan istilah *Mean*. Data dengan distribusi heterogen menggunakan rumus mean ( $\bar{X}$ ) berikut ini :

$$\bar{X} = \frac{\sum fx}{N}$$

$\sum fx$  = Jumlah frekuensi masing-masing di kali dengan skor

$N$  = Jumlah satuan individu

Setelah diketahui nilai dari rata-rata variabel selanjutnya dapat ditentukan nilai simpangan baku atau juga disebut dengan standar deviasi. Standar deviasi ini dapat menunjukkan seberapa besar penyebaran nilai-nilai dari titik rata-rata atau mean sehingga diketahui ukuran variabilitasnya dalam suatu distribusi data. Standar deviasi (SD) ini dihitung menggunakan rumus :



$$SD = \frac{\sqrt{\sum x^2}}{N}$$

$\sum x^2$  = Jumlah dari kelipatan skor

N = Jumlah subjek

Pada analisis deskriptif nilai hipotetik diperlukan untuk mengetahui pengkategorian tingkatan pada masing-masing variabel. Setelah dilakukannya analisis data dan mendapat nilai rata-rata (mean) dan simpangan baku, kemudian menentukan kategori dari masing-masing variabel kedalam kategori rendah, sedang, dan tinggi dengan langkah berikut:

Tinggi	$X > \text{Mean Hipotetik} + 1 \text{ SD hipotetik}$
Sedang	$(\text{Mean Hipotetik} - 1 \text{ SD hipotetik}) \leq X \leq \text{Mean hipotetik} + 1 \text{ SD hipotetik}$
Rendah	$X < \text{Mean hipotetik} - 1 \text{ SD hipotetik}$

Mengetahui besarnya nilai prosentase pada variabel dilalui dengan penghitungan analisis prosentase menggunakan rumus berikut:

$$P = f / N \times 100\%$$

f = Frekuensi

N = Jumlah subjek

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Pelaksanaan Penelitian**

Pada bab ini akan dipaparkan mengenai hasil penelitian yang sudah didapatkan dari metode pengumpulan data sebelumnya. Hasil penelitian meliputi sebagai berikut :

##### **1. Gambaran Lokasi Penelitian**

Lokasi penelitian ini berada di salah satu perguruan tinggi provinsi Jawa tengah tepatnya kota Semarang yaitu kampus Universitas Negeri Semarang yang terletak di Jl. Raya Sekaran, kelurahan sekaran, kecamatan gunung pati Semarang. Peneliti memilih lokasi ini dikarenakan di kampus tersebut perkuliahnya masih berjalan hingga saat ini walaupun sudah banyak kampus-kampus yang sudah libur panjang. selain itu, kampus tersebut masih menerapkan model pembelajaran menggunakan metode daring hingga saat ini.

Dalam penelitian ini, yang menjadi objek penelitian adalah mahasiswa dan mahasiswi Universitas Negeri Semarang yang sedang menempuh perkuliahan di semester 5 dan 7.

##### **2. Waktu Dan Tempat Penelitian**

###### **a. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil yaitu antara bulan Agustus 2020 sampai dengan bulan Desember tahun 2020.

### **b. Tempat Penelian**

Penelitian ini bertempat di perguruan tinggi Universitas Negeri Semarang yang berlokasi di Jl. Raya Sekaran, kelurahan sekaran, kecamatan gunung pati Semarang.. Lokasi tersebut dipilih karena memiliki semua aspek pendukung agar penelitian dapat berjalan dengan baik dan lancar dan dikarenakan kondisi masih pandemic sehingga peneliti melakukannya secara daring.

### **3. Subyek Penelitian**

Subyek penelitian yang akan dianalisis datanya dalam penelitian ini berjumlah sebanyak  $\pm 200$  responden. Subyek penelitian ini dipastikan sudah sesuai dan masuk pada kriteria-kriteria yang sudah ditetapkan dalam penelitian ini. Alasan menetapkan subyek / responden penelitian sebanyak yang sudah disebutkan diatas adalah melihat berdasarkan dari persyaratan pemenuhan asumsi metodologi penelitian kuantitatif dalam penerapan SEM, yaitu sampel yang sesuai adalah antara 100-200.

### **4. Prosedur Dan Administrasi Pengambilan Data**

#### **a. Prosedur Pengambilan Data Penelitian**

Prosedur pengambilan data dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Tahap pertama yang harus dilakukan adalah dengan menentukan dan menetapkan lokasi sebagai tempat pengambilan data.
2. Tahap kedua yang harus dilakukan setelah menentukan dan menetapkan lokasi adalah menetapkan kriteria-kriteria

subyek/responden yang bisa dijadikan sebagai sampel dalam penelitian beserta jumlah subyek/responden.

3. Tahap ketiga yang harus dilakukan adalah mencari alat ukur yang sesuai dengan variabel penelitian yang akan diukur dan diteliti.
4. Tahap ke-empat yaitu menguji validitas dan reliabilitas alat ukur.
5. Tahap ke-lima menyebarkan skala dengan metode daring
6. Mengolah hasil data

#### **b. Administrasi Pengambilan Data Penelitian**

Administrasi pengambilan data dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Administrasi pengambilan data dalam penelitian ini yang paling utama yaitu dengan membuat link yang tujuannya untuk menampung data yang sudah dikirimkan oleh responden/subyek penelitian.
2. Melakukan penyebaran yang didalamnya sudah tersusun mulai dari identitas responden / subyek hingga aitem-aitem yang akan diukur dan diteliti.
3. Melakukan perekapan data penelitian yang sudah masuk di sistem. dan Melakukan skoring atau pemberian nilai sesuai dengan norma-norma masing-masing alat ukur.

### **B. Hasil Penelitian**

#### **1. Hasil Uji Validitas Instrument Penelitian**

Setelah dilakukan proses pengambilan data, hasil perolehan data tersebut dianalisis dengan menggunakan bantuan *SPSS STATISTIC 22.0*

For windows untuk melihat validitas dari suatu hasil pengukuran skala dalam penelitian. Uji validitas sering digunakan untuk mengetahui keakuratan alat ukur dalam penelitian. Berikut ini merupakan hasil dari Uji validitas skala penelitian.

**a. Kualitas Model Pembelajaran**

Hasil Uji validitas menunjukkan bahwa dari 30 aitem pada variabel kualitas model pembelajaran daring dinyatakan valid. Uji validitas dilaksanakan dengan rumus Corelate Bivariate person dengan alat bantu program SPSS versi 22.0. Item angket dalam uji validitas dikatakan valid jika  $R \text{ Tabel} > R \text{ hitung}$  pada nilai sighnifikansi 5%. Sebaliknya, aitem dikatakan tidak valid apabila  $R \text{ hitung} < R \text{ tabel}$  pada nilai sighnifikansi 5%. Adapun ringkasan hasil uji validitas sebagaimana data dalam tabel Berikut ini.

**Tabel 4.1 Hasil Uji Validitas T. Kualitas Model Pembelajaran**

No	R.tabel	T.hitung	Keterangan	Sig.
1	0.527	0,138	Valid	5%
2	0.618	0,138	Valid	N = 200
3	0.470	0,138	Valid	T.hitung
4	0.198	0,138	Valid	0.138
5	0.551	0,138	Valid	
6	0.191	0,138	Valid	
7	0.464	0,138	Valid	
8	0.42	0,138	Valid	
9	0.361	0,138	Valid	
10	0.454	0,138	Valid	
11	0.328	0,138	Valid	
12	0.262	0,138	Valid	
13	0.161	0,138	Valid	
14	0.309	0,138	Valid	
15	0.156	0,138	Valid	
16	0.428	0,138	Valid	
17	0.404	0,138	Valid	

No	R.tabel	T.hitung	Keterangan	Sig.
18	0.360	0,138	Valid	
19	0.321	0,138	Valid	
20	0.518	0,138	Valid	
21	0.282	0,138	Valid	
22	0.495	0,138	Valid	
23	0.476	0,138	Valid	
24	0.197	0,138	Valid	
25	0.188	0,138	Valid	
26	0.333	0,138	Valid	
27	0.148	0,138	Valid	
28	0.303	0,138	Valid	
29	0.438	0,138	Valid	
30	0.403	0,138	Valid	

#### b. Perceived Stres

Hasil Uji validitas menunjukkan bahwa dari 10 aitem pada variabel Perceived Stress dinyatakan valid. Uji validitas dilaksanakan dengan rumus Corelate Bivariate person dengan alat bantu program SPSS versi 22.0. Item angket dalam uji validitas dikatakan valid jika  $R \text{ Tabel} > R \text{ hitung}$  pada nilai sighnifikansi 5%. Sebaliknya, aitem dikatakan tidak valid apabila  $R \text{ hitung} < R \text{ tabel}$  pada nilai sighnifikansi 5%. Adapun ringkasan hasil uji validitas sebagaimana data dalam tabel Berikut ini.

**Tabel 4.2 Hasil Uji Validitas Perceived Stress**

No	R.Tabel	T.hitung	Keterangan	Sig.
1	0.695	0,138	Valid	<b>5%</b>
2	0.724	0,138	Valid	<b>N = 200</b>
3	0.731	0,138	Valid	<b>T.hitung</b>
4	0.438	0,138	Valid	<b>0.138</b>
5	0.442	0,138	Valid	
6	0.713	0,138	Valid	
7	0.291	0,138	Valid	
8	0.150	0,138	Valid	
9	0.606	0,138	Valid	
10	0.732	0,138	Valid	

## 2. Hasil Uji Reliabilitas Instrument Penelitian

Uji reliabilitas pada instrumen penelitian ini dilakukan untuk melihat tingkat keajegan atau ketetapan hasil dalam penelitian. Alat ukur yang bisa dikatakan memiliki tingkat reliabilitas yang tinggi itu apabila mendekati angka 1,00 dan dalam uji reliabilitas, suatu alat ukur dapat dikatakan reliable apabila nilai cronbachalpha  $> 0.30$ . Reliabilitas pada penelitian ini menggunakan koefisien reliabilitas Alpha. Berikut merupakan hasil analisis reliabilitas dari instrument penelitian :

### a. Reliabilitas Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring

**Tabel 4.3 Hasil Uji Reliabilitas  
Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.546	30

### b. Reliabilitas Perceived Stress Scale

**Tabel 4.4 Hasil Uji Reliabilitas  
Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.725	10

Berdasarkan hasil analisis reliabilitas, diketahui bahwa dua alat instrument tersebut reliable karena memiliki nilai koefisien Cronbach Alpha lebih dari 0,3. Pada skala Kualitas model pembelajaran daring nilai koefisien Croncbach Alpha sebesar 0,546 dan pada skala perceived stres sebesar 0,725.

## 3. Analisis Deskriptif

Analisis deksriptif merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui nilai mean dan standar deviasi pada masing-masing variabel

penelitian. Analisis deksripti yang dilakukan dalam penelitin ini menggunakan mean hipotetik dan standart deviasi hipotetik.

Berikut merupakan hasil analisis dekriptif hasil skor mean hipotetik dan standar deviasi hipotetik.

**a. Hasil Analisis Dekskriptif (Mean Dan Standart Deviasi Hipotetik)**

**Tabel 4.5 Hasil Analisis Dekriptif**

Variabel	Hipotetik	
	Mean	Standart Dev.
Kualitas Pem. Daring	75	15
Pereceived Stress	25	5

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa kedua variabel tersebut memiliki nilai mean dan standart deviasi hipotetik yang berbeda. Pada variabel Kualitas model pembelajaran daring memiliki skor mean hipotetik sebesar 75 dan skor standart diviasi hipotetik sebesar 15. Sedangkan pada variabel perceived stress memiliki nilai skor mean hipotetik sebesar 25 dan skor standart deviasi hipotetik sebesar 5.

**b. Kategorisasi Tingkat Kualitas Model Pembelajar Daring**

Penentuan sebuah skor atau nilai yang digunakan untuk mengkategorisasikan kualitas model pembelajaran daring yaitu dengan menggunakan mean hipotetik dan standart deviasi hipotetik. Berikut adalah norma kategorisasi pada variabel penelitian Kualitas model pembelajaran daring .

**Tabel 4.6 Norma Kategorisasi**

Kategorisasi	Norma
Tinggi	76-90
Sedang	60-75
Rendah	45-59



Berdasarkan norma kategorisasi diatas, dapat diketahui bahwa skor kualitas model pembelajaran daring yang dimiliki oleh subyek di kategori tinggi sebanyak 3 % , sedangkan sunyek pada kategori sedang sebanyak 96,5 % dan pada kategori rendah sebesar 5 %. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kualitas model pembelajaran daring yang sedang berjalan di Universitas Negeri Semarang pada Fakultas MIPA yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan mahasiwinya memiliki tingkat kualitas model pembelajaran daring dalam kategori sedang. Berikut adalah tabel prosentase tingkat kualitas model pembelajaran daring :

**Tabel 4.7 Prosentase Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring**

Kategorisasi	Jumlah Subyek	Prosentase
Tinggi	6	3%
Sedang	193	96,5%
Rendah	1	3%
$\Sigma$	200	100%

**Gambar 4.1 Diagram Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring**



**c. Kategorisasi Tingkat *Perceived Stress***

Penentuan sebuah skor atau nilai yang digunakan untuk mengkategorisasikan kualitas model pembelajaran daring yaitu

dengan menggunakan mean hipotetik dan standart deviasi hipotetik. Berikut adalah norma kategorisasi pada variabel penelitian *Perceived Stress*.

**Tabel 4.8 Norma Kategorisasi Tingkat Perceived Stress**

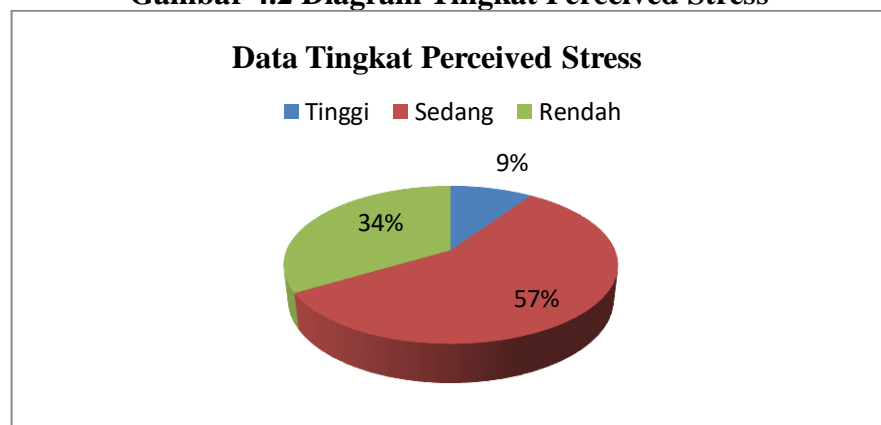
Kategorisasi	Norma
Tinggi	26-30
Sedang	20-25
Rendah	15-19

Berdasarkan norma kategorisasi diatas, dapat diketahui bahwa skor tingkat *perceived stress* yang dirasakan oleh subyek di kategori tinggi sebanyak 9,5 % , sedangkan sunyek pada kategori sedang sebanyak 57,0 % dan pada kategori rendah sebesar 33,5 % . Sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat *Perceived Stress* yang dialami mahasiswa dan mahasiswi Universitas Negeri Semarang Fakultas MIPA masuk pada kategori sedang. Berikut adalah

**Tabel 4.9 Tabel Prosentase Tingkat Perceived Stress**

Kategorisasi	Jumlah Subyek	Prosentase
Tinggi	19	9,5%
Sedang	114	57,0%
Rendah	67	33,5%
$\Sigma$	200	100%

**Gambar 4.2 Diagram Tingkat Perceived Stress**



#### 4. Uji Normalitas

Pada penelitian ini Uji asumsi merupakan salah satu uji yang harus dilakukan untuk melihat apakah data pada penelitian berdistribusi normal atau tidak. Pada Uji normalitas ini untuk membantu peneliti supaya tidak salah dalam melakukan perhitungan, Maka peneliti menggunakan bantuan dari aplikasi *SPSS Statistic 22*. Dalam Uji ini pengambilan keputusan dilakukan apabila nilai signifikan  $> 0,05$ , Maka dapat dikatakan memiliki data berdistribusi normal atau sebaliknya apabila nilai signifikan  $< 0,05$  maka data tidak berdistribusi normal. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

**Tabel 4.10 One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test**

		Unstandardized Residual
N		200
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.64419690
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.035
	Negative	-.043
Kolmogorov-Smirnov Z		.611
Asymp. Sig. (2-tailed)		.849

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Berdasarkan nilai dari tabel uji normalitas diatas dapat ditarik kesimpulan bahwasanya nilai signifikan Asymp. Sig (2-tailed) sebesar 0,849 lebih besar dari angka 0,05. Sehingga jika dilihat dari dasar pengambilan keputusan dalam uji normalitas dengan teknik Kolmogorov-smirnov diatas dapat disimpulkan bahwa data yang dimiliki oleh peneliti

memiliki data yang berdistribusi normal, sehingga persyaratan normalitas untuk dilakukanya uji regresi pada uji selanjutnya telah terpenuhi.

## 5. Uji linieritas

Uji linieritas merupakan uji yang digunakan untuk mengetahui apakah dua variabel penelitian memiliki hubungan yang linier. Didalam penelitian ini uji linieritas yang dilakukan menggunakan tes *Forlinierity* pada program SPSS 22.0 Forwindows. Pengambilan keputusan pada uji linieritas ini dapat dijelaskan apabila nilai *deviation for linierity* pada penelitian ini lebih dari  $\leq 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan linier. Berikut merupakan hasil dari uji linieritas pada penelitian ini.

**Tabel 4.11 deviation for linierity**

Variabel	Hasil	Keterangan
Kualitas Model Pembelajaran daring	0,244	Linier
<i>Perceived Stress</i>		

Berdasarkan tabel hasil uji linieritas tersebut, dapat diketahui bahwa nilai *Sig. Deviation Forlinierity* sebesar 0,244. Hal ini menunjukkan bahwa nilai *deviation for linierity*  $\geq 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang linier antara variabel kualitas model pembelajaran daring dengan variabel *perceived stress*.

## 6. Uji Hipotesis

### a. Uji Korelasi

Uji hipotesis yang akan dilakukan pada penelitian ini menggunakan uji korelasi product moment dengan nilai signifikan p

$< 0,05$  jika nilai  $p < 0,05$  maka terdapat korelasi antara dua variabel penelitian dan jika  $p > 0,05$  maka tidak terdapat korelasi antara dua variabel. Berikut merupakan tabel hasil uji korelasi antara variabel kualitas model pembelajaran daring dengan perceived stress.

**Tabel 4.12 Product moment**

Variabel Terikat	Variabel Bebas	Person Correlation	Sig
Kualitas Model Pembelajaran daring	<i>Perceived Stress</i>	-.148	,036

Berdasarkan tabel hasil uji korelasi antara variabel Kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress, diketahui bahwa nilai signifikan untuk hubungan antara kedua variabel adalah 0.036 yang artinya  $p < 0.05$ . Maka dari nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berkorelasi atau terdapat hubungan antara kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress. Sedangkan nilai pearson correlation yaitu -0.148. Nilai tersebut secara langsung menunjukkan bahwa tingkat hubungan antara kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress berada pada kategori tinggi dan berhubungan secara negatif sehingga memiliki makna adanya hubungan yang tidak searah. Apabila variabel kualitas model pembelajaran daring memiliki kualitas yang tinggi maka tingkat *Perceived Stress*nya rendah.

### b. Uji regresi

Uji hipotesis yang akan dilakukan didalam penelitian ini untuk mengetahui pengaruh adalah dengan menggunakan uji regresi. Pengambilan keputusan dalam uji regresi dapat dilihat dari perbandingan nilai signifikansi dengan nilai probabilitas 0,05 apabila nilai signifikansi  $< 0.05$  artinya variabel X berpengaruh terhadap variabel Y dan apabila nilai signifikansi  $> 0.05$  maka variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y. Berikut merupakan tabel hasil uji regresi antara variabel kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat perceived stress.

**Tabel 4.13 Uji regresi**

<b>Variabel Terikat</b>	<b>Variabel Bebas</b>	<b>Sig</b>
Kualitas Model Pembelajaran daring	<i>Perceived Stress</i>	,036

Berdasarkan tabel hasil uji regresi antara variabel Kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress, diketahui bahwa nilai signifikan untuk hubungan antara kedua variabel adalah 0.036 yang artinya  $< 0.05$ . Maka dari nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh. Sedangkan koefisien standar yaitu sebesar -0.148. Nilai tersebut secara langsung menunjukkan bahwa tingkat pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress berada pada kategori tinggi dan memiliki pengaruh secara negatif. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis dalam penelitian ini diterima.

### **C. Pembahasan**

#### **1. Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring Mahasiswa dan Mahasiswi MIPA UNNES Semarang**

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan, dapat diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang yang sedang melaksanakan proses pembelajaran daring menilai bahwa kualitas model pembelajaran daring yang di jalankan oleh kampus khususnya pada Fakultas MIPA jika di kategorikan berada pada kategori sedang. Terdapat 193 atau 96,5 % Mahasiswa dan Mahasiswi dari 200 subyek yang menilai bahwa tingkat kualitas model pembelajaran daring yang diberikan oleh Fakultas jika dikategorikan berada pada kualitas sedang. Sedangkan untuk mahasiswa yang menilai kualitas model pembelajaran daring tinggi hanya sebanyak 6 atau 3 %, dan untuk mahasiswa yang menilai kualitas model pembelajaran daring berada pada kategori rendah sebesar 1 atau 3 %.

Kualitas model pembelajaran daring merupakan suatu hak dalam pendidikan yang harus didapatkan mulai dari materi, metode mengajar, fasilitas, dan waktu yang tertata dengan baik tanpa memberikan beban yang berat dalam kondisi tertentu bagi individu dalam melaksanakan proses pembelajaran yang berlangsung didalam sebuah jaringan yang tersambung antara pendidik dan peserta didik tanpa adanya tatap muka secara langsung. Kualitas model pembelajaran daring dapat dilihat dari bagaimana pendidik itu mengemas materi yang akan disampaikan dan

respon yang diberikan oleh individu kepada pendidik. Jika respon yang diterima oleh pendidik dari individu itu baik dalam proses pembelajaran. Maka, proses pembelajaran yang berlangsung berkualitas. Adanya kualitas model pembelajaran merupakan salah satu kunci dalam meraih pemahaman dan penggunaan keilmuan yang baik dan tepat.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dan pernyataan diatas, maka dapat diketahui bahwa seberapa besar kualitas model pembelajaran daring yang diterima oleh mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA berada pada kategori Sedang, sehingga memiliki makna bahwa dengan kategori seperti itu kualitas model pembelajaran daring di Fakultas MIPA masih memiliki kekurangan pada tiap aspek yang seharusnya terpenuhi. Hal ini didukung oleh alasan setiap subyek ketika diminta data terkait dengan keefektifan model pembelajaran daring yang selama ini sudah berjalan dari jumlah subyek sebanyak 200 subyek 40 subyek menyebutkan dengan ragam jawaban mulai dari sudah efektif, lumayan efektif, dan cukup efektif. Selebihnya sebanyak 160 subyek mengatakan tidak efektif.

## **2. Tingkat Perceived Stress Mahasiswa dan Mahasiswi Fakultas MIPA UNNES Semarang.**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan diketahui pada mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang terdapat 19 atau 9,5 % mahasiswa dan mahasiswi dari total subyek dengan tingkat *perceived stress* yang tinggi. Sedangkan untuk tingkat



Perceived stress sedang terdapat 114 atau 57,0 % dari total subyek, dan 67 mahasiswa dan mahasiswi atau 33,5 % memiliki tingkat *perceived stress* rendah. Sehingga dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa sebagian besar mahasiswa Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang yang sedang melaksanakan pembelajaran daring memiliki tingkat *perceived stress* yang sedang.

Kategori sedang yang didapatkan dari hasil penelitian tersebut memiliki makna bahwa mayoritas mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang belum bisa menstabilkan Uncontrollable, dan Overloaded dalam mengendalikan *perceived stress* dikarenakan adanya tekanan lingkungan sekitar yang menjadi sebab tidak bisa dikendalikan individu dan akan muncul seperti perasaan marah, gelisah, sedih, kebingungan hingga stres. Selain itu, juga antara lain faktor kuota yang mana menjadi penunjang dimana akses internet bisa selalau tersambung, Alat elektronik seperti laptop atau handphone android sebagai wadah yang menjadi fasilitas media pendukung, Sinyal sebagai sarana untuk mempertemukan antara individu satu dengan individu yang lain di tempat yang terpisah, dan listrik yang menjadi sumber kekuatan untuk memenuhi kebutuhan sinyal akses internet dan kebutuhan alat elektronik seperti laptop dan handphone android. Ketika *Perceived stress* terjadi pada diri individu maka tidak menutup kemungkinan akan muncul respon psikologis yang negatif yang diakibatkan oleh tekanan lingkungan sekitar yang menjadi sebab tidak bisa dikendalikan individu dan akan

muncul seperti perasaan marah, gelisah, sedih, kebingungan hingga stress. Sehingga dapat menurunkan tingkat ketahanan diri dalam tekanan dan produktifitas individu dalam menjalani kewajiban-kewajiban yang harus di tunaikan.

### **3. Pengaruh Kualitas Model Pembelajaran Daring Terhadap Tingkat Perceived Stress Mahasiswa Pada Masa Pandemi Covid-19**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai pengaruh kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat perceived stress mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang ini didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh secara negatif dimana dilihat dari hasil uji pengaruh antara kedua variabel tersebut adalah 0,036 yang artinya  $< 0.05$ . Maka dari nilai tersebut dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh. Sedangkan coefisient standart yaitu sebesar -0.148. Nilai tersebut secara langsung menunjukkan bahwa tingkat pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring dengan tingkat perceived stress berada pada kategori tinggi dan memilik pengaruh secara negatif.

Hal tersebut dapat terjadi karena sebagian mahasiswa dan mahasiswi yang sedang melaksanakan proses pembelajaran dengan model daring menilai bahwa pembelajaran dengan model yang diberikan berada pada kategori sedang yang mana hal tersebut berposisi di tengah antara kualitas yang tinggi dan kualitas yang rendah. Mahasiswa dan mahasiswi yang menerima kualitas model pembelajaran daring dengan

kualitas yang sedang akan cenderung mengalami kesulitan dalam menerima dan memahami apa yang disampaikan. sehingga mengakibatkan adanya sebuah tekanan atau yang menyebabkan individu menjadi marah, gelisah, sedih, dan kebingungan akibat dari tuntutan lingkungan. hal ini sejalan dengan teori yang disampaikan oleh Cohen (2013) yang mengatakan bahwa tekanan psikologis atau stress terjadi ketika individu merasa bahwa tuntutan lingkungan sekitarnya melebihi dari kemampuan menyesuaikan pada diri individu tersebut.

Namun hal ini tidak menutup kemungkinan bahwa dalam proses pembelajaran dengan model daring, mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang dihadapkan pada masalah, rintangan serta tuntutan yang mereka dapatkan dari dalam diri individu sendiri maupun dari luar lingkungan sekitar mereka. Tuntutan yang harus dipenuhi oleh setiap mahasiswa dan mahasiswi maupun segala rintangan yang dihadapi oleh mahasiswa dan mahasiswi itu seperti kurangnya fasilitas kuota yang diberikan, Kurangnya sinyal didaerah mereka tinggal, penyampaian materi oleh dosen yang kurang difahami oleh mahasiswa dan mahasiswi beserta tekanan berupa seringnya perkuliahan yang diganti penugasan dengan deadline yang kurang tepat sehingga keadaan seperti ini membuat mahasiswa dan mahasiswi kebingungan dan kesulitan yang berakibat pada kelelahan fisik. psikologis maupun emosional.

Dalam proses pembelajaran dengan model daring yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang yang sebagian besar penilaian yang dilakukan berada pada kategori sedang perlu dipertahankan karena dari hasil penelitian yang ditemukan bahwa sebagian besar dari mahasiswa dan mahasiswi tersebut memiliki tingkat *perceived stress* yang sedang karena adanya tuntutan yang didapatkan mahasiswa serta hambatan-hambatan yang berasal dari dalam diri sendiri maupun dari lingkungannya.

Sehingga apabila dosen atau pendidik Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang dapat mempertahankan dan meningkatkan tingkat kualitas model pembelajaran daring yang mereka miliki, maka mahasiswa dan mahasiswi dapat menerima dan menghadapi proses pembelajaran daring ini dengan baik tanpa adanya sebuah tekanan fisik, psikologis maupun emosional yang terjadi didalamnya. Hal yang sangat penting yang harus dikembangkan oleh dosen atau pendidik Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang kaitanya dengan proses pembelajaran dengan model daring kepada mahasiswa dan mahasiswi adalah dengan meningkatkan, memperhatikan, dan mengoptimalkan segala aspek dalam proses pembelajaran yang dimiliki khususnya model daring dengan baik dan tepat agar dapat mengurangi tingkat *perceived stress* yang terjadi pada mahasiswa dan mahasiswi. Mengurangi tingkat *Perceived stress* yang terjadi pada mahasiswa dan mahasiswi yang sedang melaksanakan proses pembelajaran dengan model daring

merupakan sebuah tantangan yang harus dihadapi dan dicarikan solusinya.

#### **4. Keterbatasan Dalam Penelitian**

Keterbatasan dalam penelitian ini dapat dilihat dari segi subyek penelitian yang mana peneliti hanya menggunakan subyek mahasiswa saja. Saran untuk peneliti selanjutnya apabila melakukan penelitian dengan judul yang sama mengenai kualitas pembelajaran online sebaiknya menggunakan subjek dari unit lembaga penjamin mutu pada fakultas yang dijadikan sebagai tempat penelitian, Sehingga data yang akan didapatkan akan lebih banyak dan akurat. Selain itu, untuk peneliti selanjutnya bisa menggunakan jenjang pendidikan yang lebih variatif serta dari segi usia dan jumlah subyek yang lebih variatif.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil Penelitian yang telah dipaparkan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat kualitas model pembelajaran daring yang dilaksanakan oleh mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang penilaiannya dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skor kualitas model pembelajaran daring yang didapatkan dari hasil penilaian mahasiswa dan mahasiswi terkait dengan kualitas model pembelajaran daring berada dikategori sedang. sehingga memiliki makna bahwa bahwa dengan kategori seperti itu kualitas model pembelajaran daring di Fakultas MIPA masih memiliki kekurangan pada tiap-tiap aspek yang seharusnya terpenuhi. Hal ini didukung oleh alasan setiap subyek ketika diminta data terkait dengan keefektifan model pembelajaran daring yang selama ini sudah berjalan dari jumlah subyek sebanyak 200 subyek 40 subyek menyebutkan dengan ragam jawaban mulai dari sudah efektif, lumayan efektif, dan cukup efektif. Selebihnya sebanyak 160 subyek mengatakan tidak efektif.
2. Tingkat Perceived Stress pada mahasiswa dan mahasiswi Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang dibagi menjadi tiga kategori yaitu tinggi, sedang dan rendah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat

perceived stress pada mahasiswa dan mahasiswi berada pada kategori sedang. Sehingga memiliki makna bahwa seluruh mahasiswa dan mahasiswi yang melaksanakan proses pembelajaran daring dalam proses belajarnya mengalami kesulitan dalam mengontrol 2 aspek dalam persepsi stress yaitu Unpredictable, Uncontrollable, dan Overloaded dikarenakan adanya tekanan lingkungan sekitar yang menjadi sebab tidak bisa dikendalikan individu dan akan muncul seperti perasaan marah, gelisah, sedih, kebingungan hingga stress.

3. Berdasrkan Uji Regresi antara variabel kualitas model pembelajaran daring dengan perceived stress, diketahui bahwa kedua variabel tersebut memiliki pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring terhadap tingkat perceived stress masa pandemic covid-19. dengan nilai arah yang menunjukkan hasil bahwa pengaruh antara kualitas model pembelajaran daring terhadap perceived stress memiliki pengaruh yang negatif. sehingga memiliki makna adanya dampak yang tidak baik dari penerapan model pembelajaran daring terhadap tingkat persepsi stress yang muncul.

## **B. Saran**

### **1. Bagi Fakultas**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan bahwa Fakultas MIPA Universitas Negeri Semarang dapat meningkatkan pelayanan akademik yang menunjang terciptanya model pembelajaran daring yang baik dan tersistematis dengan segala kemampuan daya

kreatifitas yang dimiliki agar dapat meminimalisir adanya hal yang bisa menyebabkan model pembelajaran daring terhambat.

## **2. Bagi Penjaminan Mutu Akademik**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan bahwa bagi unit penjaminan mutu akademik untuk selalu melakukan pengawasan, pembinaan, pengelolaan, evaluasi, dan laporan secara berkala terkait dengan diterapkannya model pembelajaran daring sehingga apabila terdapat ketidaktepatan dalam proses pembelajaran menggunakan model daring. Maka akan segera tertangani dan mendapatkan solusi.

## **3. Bagi Dosen**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, diharapkan bahwa bagi Dosen dalam memberikan pengajaran kepada mahasiswa dan mahasisiwi untuk lebih memperhatikan arahan dari unit penjaminan mutu akademik terkait dengan model pembelajaran yang digunakan serta lebih memahami secara psikologis keadaan mahasiswa dan mahasiswinya sehingga pembelajaran yang didapatkan oleh mahasiswa dan mahasiswi dari dosen memiliki makna yang berarti pada masa pandemic covid-1



## DAFTAR PUSTAKA

- Ade Chita Putri Harahap, D. P. (2020). Analisis tingkat stres akademik pada mahasiswa selama pembelajaran jarak jauh dimasa Covid-19. *BIBLIOCOUNS*, 11.
- Ade Chita Putri Harahap, D. P. (2020). Analisis Tingkat Stres Akademik Pada Mahasiswa Selama Pembelajaran Jarak Jauh Dimasa Covid-19. *BIBLIOCOUNS jurnal kajian konseling dan pendidikan*, 11.
- Aji, R. H. (2020). Dampak Covid-19 pada Pendidikan di Indonesia: Sekolah, Ketrampilan, dan Proses pembelajaran. *Jurnal sosial dan Budaya syar-i*, 396.
- Arasibenginiare, V. A. (2019). *Pengaruh Perceived Stress, Efikasi diri, Gratitude, Dukungan Sosial, dan Fakta Demografi terhadap Resiliensi Penyandang Autoimun*. Jakarta: Repository.uinjkt.ac.id.
- Argaheni, N. B. (2020). SISTEMATIK REVIEW: DAMPAK PERKULIAHAN DARING SAAT PANDEMI COVID-19 TERHADAP MAHASISWA INDONESIA. *PLACENTUM Jurnal Ilmiah kesehatan dan aplikasinya*, 99-108.
- Azwar. (2010). *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2012). *Reliabilitas dan Validitas edisi 4*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Azwar. (2015). *Dasar-dasar psikometrian Edisi 2*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- azwar, s. (2010). *metodologi penelitian kuantitatif*. Yogyakarta: Pustaka pelajar.

- Creswell, J. W. (2002). *Educational Research: Planning, Conducting, and Evaluatin Quantitative and Qualitative research*. Boylston Street, Boston, USA: Pearson education.
- Darmadi, H. (2011). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- janah, S. R. (2018). *Perjuangan Antologi Essay*. Sukabumi: CV.Jejak.
- kebudayaan, K. p. (2020). SE Mendikbud: Pembelajaran secara Daring dan Bekerja dari Rumah untuk Mencegah Penyebaran Covid-19. *Kemdikbud.go.id* (pp. 1-2). Jakarta : Web Kemdikbud.
- Nasional, K. P.-1. (2020). *Peta Sebaran Coovid-19 di indonesia* . Jakarta: <https://covid19.go.id/peta-sebaran>.
- Organization, W. H. (2020). *WHO Coronavirus disease Covid-19*. Jenewa,Swiss: Covid19.who.int.
- ORGANIZATION, W. H. (2020). *WHO CoronaVirusdisease(COVID\_19)*. Jenewa, swiss: <https://covid19.who.int/>.
- Pandiangan, A. P. (2019). *Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Upaya Peningkatan Kualitas Pembelajaran Profesionalisme Guru dan Kompetensi Belajar Siswa* . Yogyakarta: CV. Budi Utama.
- Paramitha, N. M. (2012). *Hubungan Stress dan Faktor Lainnya dengan komsumsi makanan mahasiswa departemen arsitektur fakultas teknik universitas indonesia* . Depok: Universitas indonesia .
- Pohan, A. E. (2020). *Konsep Pembelajaran Daring Berbasis Pendekatan Ilmiah* . Purwodadi: CV Samu Untung.

- Pramana, Y. D. (2010). *Pengaruh Efektivitas Pembelajaran Terhadap prestasi belajar pemeliharaan dan servis sistem bahan bakar bensin siswa kelas XI program keahlian mekanik otomotif di SMK PIRI 1 YOGYAKARTA*. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rizky Muharany, A. D. (2020). Hubungan Pembelajaran Jarak Jauh dan Gangguan Somatoform dengan Tingkat Stres Mahasiswa UIN Syarif Hidayatullah Jakarta. *Indonesian Journal of Health Promotion and Behavior*, 38-45.
- Safitri, E. (2020). Ada 246 Aduan di KPAI soal Belajar Daring, Siswa Keluhkan Tugas Menumpuk-Kuota. Jakarta: Detik.com.
- Salsabila, N. (2020). PERUBAHAN YANG TERJADI DALAM MASYARAKAT SEBAGAI DAMPAK DARI COVID-19. *FISIP UB*, 1.
- Sudjana. (1996). *Teknik analisis Regresi dan Korelasi*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2010). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian pendidikan : pendekatan kuantitatif dan kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R& D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhartatik, D. T. (2020). *Best Practice Implikasi Media Quizzy Berbasis Android Terhadap Kualitas Pembelajaran Dalam Mencetak Siswa Berprestasi Tingkat Nasional*. Malang: Ahlimedia Book.

- Sutinah, B. S. (2007). *Metodologi Penelitian Sosial Berbagai Alternatif Pendekatan*. Jakarta: Kencana Prenada Group.
- UNNES, D. (2020). *MAHASISWA AKTIF UNNES TAHUN 2017*. SEMARANG: WEB UNNES.
- Uswatun Hasanah, d. (2020). Gambaran Psikologis Mahasiswa Dalam Proses Pembelajaran Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Keperawatan jiwa*, 300.
- Uswatun Hasanah, L. P. (2020). GAMBARAN PSIKOLOGIS MAHASISWA DALAM PROSES PEMBELAJARAN SELAMA PANDEMI COVID-19. *Keperawatan jiwa*, 299-306.
- Yuwono, S. (2010). Mengelola Stres Dalam Perspektif Islam dan Psikologi . *Universitas Muhammadiyah Surakarta* , 15.

# LAMPIRAN

### Lampiran 1 Alat Ukur Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring

Petunjuk pengisian :

Kuesioner ini terdiri dari beberapa pertanyaan yang terkait dengan Kualitas pembelajaran ( daring ) yang dirasakan oleh Mahasiswa dan Mahasiswi akibat adanya fenomena pandemi covid 19 yang sudah berlangsung hampir (1) Tahun lamanya sampai sekarang. didalam kuesioner terdapat empat ( 4 ) pilihan jawaban yang terdiri sebagai berikut :

SL : Selalu

SR : Sering

JR : Jarang

TP : Tidak pernah

Selanjutnya, Anda diminta untuk menjawab dengan cara menekan pada salah satu kotak yang ada yang menurut anda paling sesuai dengan apa yang anda rasakan. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan apa yang anda rasakan sesungguhnya.

Pertanyaan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
<b>Metode Pengajaran</b>				
1. Pada waktu memulai Kegiatan perkuliahan apakah dosen anda menyampaikan garis besar tentang yang akan diberikan dalam perkuliahan secara online ?				
2. Apakah dosen anda mengulas materi perkuliahan yang disampaikan pada pertemuan yang lalu secara online bersama anda ?				
3. Apakah dosen anda memberikan evaluasi				

Pertanyaan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
secara online pada akhir pertemuan perkuliahan bersama anda ?				
4. Pada waktu perkuliahan secara online apakah dosen menyampaikan materi dengan ceramah tanpa memberikan kesempatan diskusi dan 72anya jawab?				
5. Apakah dosen pada waktu perkuliahan secara online berakhir memberikan kesimpulan / ringkasan materi ?				
6. Apakah dosen anda memberikan tugas sebagai pengganti perkuliahan online ?				
<b>Penggunaan Media Pembelajaran</b>				
1. Apakah Dosen Menggunakan Media seperti ZOOM, GOGLE MEET Atau yang lainnya dalam melaksanakan pembelajaran ?				
2. Pada waktu proses pembelajaran apakah dosen menggunakan alat seperti Scanwrite untuk mempermudah pemahaman ?				
3. Apakah dosen mengguanak Wallchart dalam membantu menjelaskan materi ?				
4. Apakah dosen menggunakan lebih dari satu media untuk memperjelas materi ?				
<b>Materi Atau Bahan Ajar</b>				
1. Apakah dosen menyampaikan materi sesuai dengan perkembangan Iptek?				
2. Apakah materi yang disampaikan oleh dosen terlalu sulit untuk dipahami?				

Pertanyaan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
3. Apakah dosen memberikan tugas untuk mencari referensi di Internet?				
4. Apakah materi yang disampaikan dosen sesuai dengan kompetensi dasar yang diinginkan?				
5. Apakah materi yang disampaikan dosen selalu berpedoman kepada modul saja?				
<b>Pemanfaatan Waktu</b>				
1. Apakah pada waktu KBM berlangsung banyak waktu luang?				
2. Dosen anda selalu datang tepat pada waktu kuliah yang sudah terjadwal?				
3. Dosen anda mengakhiri pelajaran tepat ketika jam Kuliah habis?				
4. Pada waktu KBM apakah dosen anda meninggalkan kelas tanpa alasan yang kurang jelas?				
5. Apakah ada waktu bagi Mahasiswa untuk tanya jawab dengan dosen?				
<b>Perilaku Mahasiswa</b>				
1. Apakah pada waktu KBM suasana kelas daring teratur dan kondusif atau masuknya telat telat?				
2. Bagaimanakah frekuensi mahasiswa ketika berdiskusi di kelas untuk membahas materi yang diberikan oleh dosen?				
3. Apakah mahasiswa menanyakan materi yang kurang jelas?				



Pertanyaan	Selalu	Sering	Jarang	Tidak pernah
4. Apakah mahasiswa mengerjakan tugas yang diberikan oleh dosen ketika kelas dimulai / telat mengumpulkan?				
5. Apakah piket kelas berjalan dengan baik seperti menyiapkan link untuk pembelajaran daring atau absen?				
<b>Fasilitas Belajar</b>				
1. Apakah Pendukung media pembelajaran seperti Zoom meeting, gogle meet, whatsapp dll untuk pembelajaran online memungkinkan untuk digunakan?				
2. Apakah kapasitas ruang pembelajaran online di media tersebut cukup memadai?				
3. Apakah jumlah media pembelajaran untuk praktek Memadai?				
4. Apakah anda diberikan jobsheet atau modul untuk pembelajaran online yang baik dan efektif?				
5. Apakah alat-alat yang digunakan dalam pembelajaran online memungkinkan untuk dioperasikan kapanpun?				

## Lampiran 2 Alat Ukur Perceived Stress

Petunjuk pengisian :

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman Bapak/Ibu/Saudara dalam menghadapi situasi hidup sehari-hari.

Terdapat lima pilihan jawaban yang disediakan untuk setiap pernyataan yaitu :

0 : Tidak ada atau tidak pernah

1 : Hampir tidak pernah

2 : Sesuai dengan yang dialami sampai tingkat tertentu atau kadang kadang

3 : Cukup sering

4 : Sangat sesuai dengan yang dialami, atau terlalu sering

Selanjutnya, Saudara diminta untuk menjawab dengan cara menekan pada salah satu bulatan yang ada yang menurut bapak/ibu/saudara paling sesuai dengan pengalaman Saudara. Tidak ada jawaban yang benar ataupun salah, karena itu isilah sesuai dengan keadaan diri Saudara yang sesungguhnya, yaitu berdasarkan jawaban pertama yang terlintas dalam pikiran Saudara.

NO	PERTANYAAN	0	1	2	3	4
1	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda menjadi bingung karena sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba?					
2	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa tidak mampu untuk mengendalikan hal-hal yang penting dalam kehidupan Anda?					
3	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa gugup atau stres?					
4	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa yakin akan kemampuan Anda untuk					

NO	PERTANYAAN	0	1	2	3	4
	menangani masalah pribadi?					
5	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa segala sesuatunya berjalan lancar?					
6	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa Anda tidak bisa mengatasi semua hal yang harus Anda lakukan?					
7	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah mampu mengendalikan hal-hal yang menyakitkan dalam hidup Anda?					
8	Pada bulan lalu, seberapa sering anda merasakan bahwa Anda sangat bahagia dan sukses?					
9	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasakan marah karena sesuatu yang terjadi diluar kendali Anda					
10	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasakan bahwa kesulitan- kesulitan menumpuk sebegitu tingginya sehingga Anda tidak bisa mengatasinya?					

**Lampiran 3 Hasil Skoring Data Tingkat Kualitas Model Pembelajaran Daring**

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x	
3	2	3	3	2	2	3	1	1	3	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	75
3	3	2	3	2	2	2	1	1	3	2	2	3	2	4	2	3	2	3	3	2	2	2	4	4	4	1	2	1	1	71
3	3	3	4	3	2	4	1	1	2	2	2	3	2	3	4	4	4	4	4	3	3	3	2	1	3	2	2	1	3	81
3	3	2	4	2	2	2	1	1	2	1	2	3	1	2	3	3	4	2	4	3	3	3	2	4	4	2	2	2	4	76
4	2	3	2	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	4	3	4	4	3	3	3	3	2	2	4	1	1	4	3	80
3	2	3	3	2	1	4	1	1	2	3	1	4	4	2	2	4	1	3	3	3	2	2	1	3	2	1	4	2	2	71
2	3	2	4	2	2	4	2	1	2	1	2	3	1	2	3	3	3	4	4	3	2	2	2	3	4	2	2	4	4	78
2	2	2	4	2	1	2	1	1	2	3	3	4	2	1	2	3	3	4	3	1	2	4	2	4	3	2	2	3	3	73
3	2	3	4	3	3	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	1	2	2	3	78
3	3	2	4	2	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	4	3	2	4	1	1	3	3	83
3	2	2	2	2	1	3	2	1	1	2	1	3	3	4	4	3	3	2	3	4	2	3	2	4	4	1	1	3	4	75
2	4	3	4	3	1	4	2	2	3	2	1	4	2	3	2	3	3	1	4	4	3	4	2	4	4	1	1	4	3	83
3	4	3	4	3	2	4	2	2	3	2	3	3	1	3	3	4	3	4	3	3	3	3	2	2	4	1	1	3	3	84
3	3	2	3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	3	2	3	3	3	3	2	3	3	3	2	3	2	2	4	3	79
3	2	2	3	2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	76
3	2	3	4	3	2	3	2	2	2	2	2	4	1	1	4	3	3	4	4	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	80
3	2	2	4	2	2	3	1	1	3	2	2	4	2	2	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	3	81
4	2	2	4	2	2	3	1	1	2	2	3	3	3	2	3	3	2	4	4	3	2	3	3	1	4	2	2	3	3	78
2	2	2	3	2	3	4	1	1	2	3	2	4	3	1	3	4	4	3	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	76
4	4	4	4	4	2	3	1	1	4	4	3	4	2	1	3	4	3	4	4	4	4	4	1	1	4	1	1	4	4	91
2	2	2	3	1	3	2	1	1	2	2	3	3	2	1	3	3	3	4	3	2	3	2	2	1	4	1	2	1	3	67
2	2	4	3	4	1	2	2	1	2	3	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	3	77
2	2	2	3	2	2	2	1	2	2	3	2	3	3	3	3	4	2	4	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	72

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x	
4	3	3	4	3	2	4	2	2	3	2	3	3	1	2	4	3	2	4	4	3	2	3	3	2	4	1	2	3	2	83
4	2	2	3	1	2	4	1	1	1	3	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	4	4	1	1	3	3	79
3	1	3	4	1	1	2	1	1	2	2	1	3	2	1	1	4	4	3	2	1	3	3	3	3	2	1	4	1	4	67
2	3	2	3	2	1	3	1	2	3	2	2	4	2	3	4	4	1	3	2	3	2	1	2	3	3	2	2	4	3	74
3	2	2	3	2	1	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	1	2	4	1	1	3	3	76
4	2	2	4	3	3	4	3	2	2	1	4	3	1	1	4	4	4	4	4	2	3	4	2	1	4	2	2	3	2	84
4	3	2	4	2	3	3	2	3	3	2	3	3	1	2	3	4	3	4	3	2	3	3	3	3	3	2	2	3	3	84
3	3	2	3	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	4	4	1	1	4	4	80
3	1	1	4	2	2	2	1	3	4	2	3	1	2	2	3	4	4	3	3	1	4	4	4	4	3	2	2	2	3	79
4	4	4	4	3	1	4	2	2	2	1	3	3	2	2	3	4	2	4	3	2	2	3	4	3	4	2	2	2	3	84
3	2	3	4	3	2	4	2	2	3	2	2	3	2	3	4	4	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	3	84
2	2	2	4	3	3	2	1	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	3	77
3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	2	3	4	1	1	3	3	3	4	4	3	4	4	1	2	3	2	2	3	2	80
3	2	3	3	2	2	3	2	1	3	3	2	4	2	1	3	2	4	3	4	2	2	2	3	1	3	2	1	2	3	73
2	2	2	3	3	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	3	2	4	3	2	2	2	2	4	3	2	2	3	3	71
3	2	2	4	3	1	2	1	1	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	4	1	2	3	2	2	3	3	76
2	2	4	2	3	1	1	1	1	2	1	3	4	2	2	4	3	2	4	4	3	2	2	1	3	3	3	3	1	2	71
3	3	3	3	3	3	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	4	3	2	3	3	82
3	2	3	3	3	2	3	2	2	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	3	79
4	3	3	3	3	3	4	1	2	3	2	2	3	2	2	3	4	3	4	3	3	2	3	4	2	4	3	2	2	2	84
4	4	4	3	3	1	4	2	2	4	1	3	4	1	2	3	4	4	3	4	4	4	4	1	1	4	1	1	4	4	88
3	2	2	4	2	2	2	1	1	2	2	2	3	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	2	2	2	73
4	3	4	2	3	3	3	2	2	3	2	2	4	1	2	2	3	2	4	3	3	3	3	3	1	3	2	2	2	3	79
4	3	2	4	3	2	3	2	3	2	1	2	4	1	3	3	4	4	4	4	3	3	3	4	1	4	2	2	3	3	86

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x	
3	2	1	3	1	2	2	2	2	1	3	2	3	3	2	2	3	4	2	2	3	2	2	4	1	4	1	2	3	2	69
3	3	4	4	4	2	2	1	1	3	2	3	4	1	2	3	4	4	4	4	3	3	4	1	1	4	1	2	4	4	85
3	2	4	3	2	3	4	3	1	2	1	1	4	3	2	4	4	2	4	4	4	2	3	2	4	4	1	2	2	2	82
3	3	2	4	3	2	2	1	1	2	2	2	3	1	1	3	4	2	4	2	3	2	3	1	4	4	1	1	1	4	71
2	2	3	2	2	2	4	1	1	3	2	2	4	2	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	3	4	2	2	3	3	76
3	4	3	3	3	2	2	1	1	2	3	2	4	1	2	3	3	2	3	3	2	3	3	2	4	3	2	3	2	3	77
4	3	3	4	2	3	2	2	3	4	2	3	4	1	2	3	4	3	4	2	3	3	3	3	4	4	1	1	4	4	88
2	2	2	3	1	2	4	1	1	2	2	3	4	1	3	3	3	2	4	2	2	2	3	3	1	4	2	2	3	3	72
2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	1	4	1	1	3	3	4	3	4	2	3	3	3	3	1	4	1	1	3	4	80
4	3	3	3	3	2	3	1	1	3	2	3	3	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	4	4	1	1	3	4	85
4	3	3	3	4	3	2	1	1	2	3	2	4	1	2	4	4	3	4	3	2	2	2	3	4	4	1	1	2	4	81
2	2	2	3	3	1	3	2	2	2	3	2	3	3	1	4	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	3	3	2	2	75
2	2	3	3	3	1	3	1	1	2	2	2	4	2	2	4	4	2	4	2	3	3	2	2	3	3	2	2	2	2	73
4	3	2	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	4	3	4	4	2	3	3	3	1	4	2	2	3	3	84
4	3	3	3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	1	2	3	3	82
3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	2	4	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	80
1	4	3	3	4	4	4	1	1	1	1	2	4	2	2	4	4	4	4	4	4	3	3	1	4	4	1	1	1	4	83
3	3	3	4	3	3	3	1	2	3	2	2	3	2	2	4	3	3	3	4	3	3	3	2	2	4	2	2	3	3	83
3	3	2	4	2	2	2	2	2	3	2	4	3	2	2	3	4	3	3	3	2	3	3	3	1	3	2	2	2	3	78
3	2	2	4	4	3	4	3	2	3	2	4	4	1	2	3	3	4	4	4	1	3	2	4	1	4	1	1	2	4	84
4	3	2	3	3	1	3	2	1	4	1	2	4	1	2	3	4	4	3	3	3	3	3	3	2	4	1	2	4	3	81
3	2	2	4	2	1	3	1	1	2	2	2	4	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	76
3	3	2	3	2	1	3	1	2	3	3	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	2	4	1	2	3	4	77
3	2	3	3	3	3	4	2	2	4	2	2	4	2	3	3	3	4	3	4	3	3	3	2	2	4	2	2	3	3	86

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																												Total x			
4	2	2	4	2	1	3	1	1	2	1	2	4	1	1	3	3	3	3	3	3	3	3	4	4	2	2	2	3	75		
3	3	3	3	3	2	4	2	2	2	2	2	4	2	2	2	4	3	3	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	79		
2	2	3	3	2	1	4	2	3	4	2	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	4	3	2	4	1	1	3	4	79	
3	2	3	3	3	1	3	2	1	2	2	2	4	1	2	4	4	3	4	4	3	2	3	3	4	4	1	2	3	4	82	
4	2	3	3	2	1	3	2	2	2	2	2	4	2	2	3	4	2	4	4	2	3	4	3	2	4	2	2	2	2	79	
3	3	3	4	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	1	3	4	4	4	4	3	2	3	3	2	4	2	2	2	3	84	
3	2	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	3	2	2	4	3	3	4	3	3	2	2	3	2	4	2	1	3	2	78	
4	3	3	4	2	1	3	3	2	4	2	2	3	2	1	3	4	3	4	3	2	3	2	2	2	4	2	2	3	4	82	
4	3	3	4	4	2	4	1	1	1	1	4	4	1	1	3	4	2	4	4	1	4	2	4	1	4	1	1	3	4	80	
4	4	4	4	4	1	4	3	3	4	1	4	3	1	1	4	3	3	4	4	3	3	4	3	1	4	1	1	4	4	91	
2	4	2	4	2	2	4	1	3	2	1	3	2	1	2	2	3	3	4	3	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	72	
3	2	3	3	3	3	3	2	1	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	3	2	3	4	2	3	3	2	2	2	2	78	
2	2	2	4	2	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	2	3	3	3	3	2	2	2	3	2	4	2	1	2	2	68	
4	2	3	1	4	2	4	1	1	1	2	2	4	1	1	2	4	3	4	4	2	3	3	4	1	4	3	4	1	4	79	
3	2	3	4	2	2	3	1	1	3	1	3	3	1	2	4	4	4	4	4	2	4	3	4	1	3	2	2	2	4	81	
4	4	3	4	4	2	3	2	2	4	2	3	4	1	2	3	3	3	3	4	3	3	3	2	3	4	1	1	3	3	86	
3	4	4	3	3	1	3	2	3	3	2	3	2	1	2	3	3	3	4	4	3	3	3	3	2	4	2	2	3	3	84	
4	4	4	3	4	2	4	2	2	2	2	3	2	1	2	3	4	4	4	4	3	3	3	3	2	4	1	2	2	3	86	
3	4	2	2	4	2	4	3	2	3	2	2	4	2	2	2	3	3	3	4	3	2	3	2	3	4	2	2	3	3	83	
4	3	2	4	3	3	3	3	1	2	1	2	1	1	2	4	4	2	4	4	3	2	3	3	4	4	2	2	3	4	83	
2	2	1	4	2	2	2	1	1	1	4	2	2	1	4	2	4	4	4	4	3	3	2	2	2	2	4	1	3	1	2	70
3	2	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	3	2	3	3	2	2	3	2	2	3	3	79	
3	2	3	4	3	2	4	1	1	1	3	2	1	1	1	3	3	3	4	4	3	3	4	1	1	4	1	2	3	3	74	
3	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	2	2	2	3	4	4	4	3	3	3	3	3	1	3	2	2	3	3	86	

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x		
2	2	2	2	3	2	3	1	1	1	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	72	
2	2	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	3	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	4	2	3	1	3	78	
4	4	4	3	4	3	4	2	2	1	2	2	3	1	3	4	4	4	4	4	2	3	3	3	1	3	2	2	3	3	87	
3	2	3	3	3	1	4	3	2	1	2	2	3	1	2	2	3	3	4	4	3	4	3	1	3	4	3	3	3	4	82	
2	3	2	3	3	1	3	3	3	3	2	2	3	2	3	3	4	4	4	3	2	3	4	4	1	4	1	1	3	3	82	
4	2	3	4	3	2	3	1	1	2	2	2	4	1	1	2	4	3	3	2	3	3	3	3	3	3	3	2	2	3	3	77
2	4	3	4	4	2	4	4	4	4	1	3	4	1	2	3	4	4	3	4	3	4	4	1	3	4	1	1	4	4	93	
2	2	4	4	4	1	2	1	3	1	1	1	1	1	4	3	2	2	4	3	2	1	2	3	4	4	1	3	4	4	74	
2	2	2	2	3	2	3	1	1	2	2	3	3	3	2	2	3	2	4	3	3	3	3	2	3	3	2	2	2	3	73	
4	3	2	3	3	1	4	3	2	4	1	3	4	1	2	3	4	3	4	4	4	3	4	4	1	3	2	2	4	4	89	
3	3	4	3	3	2	2	1	1	1	2	3	3	1	2	2	4	3	4	4	2	3	3	3	4	3	2	2	3	4	80	
4	2	3	3	3	1	3	1	1	3	2	2	3	2	2	3	4	3	3	4	3	3	3	3	3	3	2	2	2	3	79	
2	1	1	3	2	2	2	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	3	2	2	2	3	2	2	3	4	75	
3	4	4	3	4	1	3	2	1	2	1	2	4	1	2	2	4	4	4	3	2	1	2	4	2	4	1	1	3	4	78	
3	2	2	3	2	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	2	3	1	2	3	3	3	3	3	2	3	2	2	3	3	70	
3	3	2	3	3	1	4	2	3	3	1	2	4	2	2	3	4	3	4	4	2	3	4	2	2	4	2	2	4	4	85	
3	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	3	3	2	2	3	3	3	3	4	3	3	3	3	2	4	1	1	4	2	83	
2	2	2	4	2	1	4	1	2	2	1	3	4	1	2	3	4	3	4	3	3	3	3	4	4	3	2	2	2	3	79	
4	3	3	2	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	2	3	2	3	3	2	2	3	3	77	
3	2	2	3	3	1	2	1	1	2	3	2	4	2	2	3	4	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	2	3	76	
3	3	2	3	3	2	3	2	2	3	2	3	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	3	2	2	3	2	2	2	3	79	
3	2	3	3	3	2	2	1	1	2	2	3	4	2	3	3	3	3	3	4	2	3	3	2	2	3	2	2	2	3	76	
1	2	2	4	1	2	4	1	1	2	4	3	3	3	1	4	3	2	4	4	4	2	3	1	4	4	1	1	3	4	78	
4	3	2	4	4	1	4	1	1	2	2	4	2	1	2	4	4	4	4	4	3	4	4	4	4	4	2	1	4	4	91	



KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																												Total x		
4	3	3	3	3	2	3	2	2	3	2	2	4	1	3	2	4	2	3	4	3	3	4	2	1	4	1	1	4	4	82
2	3	2	2	3	2	4	1	1	2	3	1	1	3	3	3	4	2	4	2	2	2	3	1	3	4	2	3	4	4	76
3	2	3	3	3	1	3	1	1	4	1	3	4	1	2	2	4	2	4	4	2	3	2	3	4	4	1	1	3	3	77
3	2	2	3	2	1	3	1	1	2	3	2	4	2	2	3	3	2	3	3	2	2	4	3	3	3	2	2	2	3	73
3	4	3	4	3	3	4	2	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	4	3	3	3	4	3	3	4	2	2	3	4	87
4	3	3	1	2	3	4	3	2	3	1	3	3	1	3	3	3	3	4	3	3	2	4	3	1	4	1	2	2	4	81
4	3	4	3	4	1	4	1	4	4	2	4	4	1	2	2	3	3	3	4	3	3	4	4	2	4	2	2	3	4	91
3	2	2	3	4	1	3	1	1	3	2	2	3	1	2	3	4	4	3	4	4	3	4	1	3	4	1	1	2	3	77
3	3	3	3	2	2	3	1	1	2	3	2	3	2	3	2	3	2	4	3	2	2	4	4	2	3	2	2	2	3	76
4	3	3	3	3	1	4	2	2	3	2	3	4	2	2	3	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	1	1	3	4	86
3	3	3	4	3	2	3	3	3	3	1	2	3	2	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	2	3	2	2	2	3	84
3	2	3	2	3	2	4	1	3	3	1	2	3	2	2	2	3	4	3	3	2	2	4	3	3	4	1	2	2	3	77
3	2	4	3	4	1	4	1	1	3	1	2	3	1	2	4	3	3	4	4	3	4	4	1	1	4	1	1	4	2	78
4	3	2	2	2	1	3	1	1	2	3	2	3	1	2	4	3	3	4	3	2	3	4	3	4	3	2	1	2	4	77
3	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	2	3	2	3	3	2	2	3	4	3	2	4	3	3	3	3	3	2	3	76
4	2	3	3	2	2	4	1	1	1	2	2	3	2	2	2	3	4	3	2	2	1	2	3	4	3	3	2	1	2	71
2	2	3	3	3	2	4	1	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	2	4	3	2	3	1	3	4	2	2	3	3	75
3	2	3	4	3	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	82
2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	2	2	3	2	3	2	2	4	4	3	1	2	4	4	2	3	3	2	2	75
2	2	2	3	2	3	3	1	1	3	2	2	2	3	2	2	2	4	4	3	3	2	2	3	3	4	1	3	3	2	74
2	2	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	4	4	1	3	3	3	73
3	3	2	2	3	2	2	1	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	3	3	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	70
3	3	1	3	4	3	4	2	2	2	1	2	4	2	2	3	3	2	4	4	3	2	3	2	2	4	2	2	2	4	80
2	2	2	3	3	1	2	2	2	2	2	2	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	3	4	3	4	2	2	2	3	76

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x	
3	2	3	4	3	2	4	2	2	3	2	2	3	3	2	3	3	3	4	4	2	2	3	3	2	3	2	2	3	3	82
3	2	2	2	2	1	3	1	1	2	2	2	3	3	3	2	3	2	4	2	4	2	2	2	3	3	3	3	2	3	72
3	3	3	3	2	1	3	2	2	4	1	2	2	1	3	2	3	2	3	4	3	3	3	4	2	4	2	1	3	4	78
4	3	4	4	4	1	4	2	2	3	1	3	3	2	2	4	4	2	4	4	3	3	3	4	1	4	1	2	2	3	86
2	3	3	2	3	1	3	2	2	3	2	3	4	2	3	2	3	3	3	2	2	3	2	3	4	4	2	1	4	2	78
2	2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	3	2	3	2	2	2	1	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	68
3	2	3	3	2	3	4	1	1	2	3	2	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	2	3	4	4	1	1	3	3	78
4	3	4	3	4	2	4	2	2	3	1	3	4	2	2	3	4	3	4	4	3	3	3	1	1	4	1	1	4	4	86
4	3	3	4	2	3	3	3	2	3	1	3	3	2	2	3	3	3	4	4	3	3	3	4	3	4	1	1	3	4	87
3	2	2	3	3	1	2	1	1	3	2	2	3	1	2	2	3	2	4	4	3	1	2	3	4	3	2	3	2	3	72
3	3	2	4	2	1	3	3	1	2	3	2	4	3	2	3	4	4	3	3	3	3	3	1	3	4	2	3	2	3	82
3	3	3	3	3	2	4	1	1	2	2	3	3	2	2	2	3	2	4	4	3	3	2	2	3	3	3	3	2	2	78
2	2	2	4	2	2	3	2	2	2	3	3	3	2	3	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	3	2	2	3	2	75
3	2	2	3	3	2	4	1	1	3	2	4	3	2	2	2	4	2	4	3	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	75
2	2	2	2	1	2	4	2	2	2	3	3	2	2	3	3	4	2	3	3	3	2	2	2	2	2	2	2	3	2	72
1	1	1	4	2	1	2	1	1	1	3	2	3	2	4	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	4	2	2	1	3	59
3	2	2	3	4	2	3	2	2	2	1	3	3	1	2	3	3	2	3	3	3	3	3	2	3	3	2	3	3	3	77
2	2	2	4	2	1	4	2	2	2	2	2	3	2	4	2	3	3	4	3	4	2	3	2	4	4	2	2	2	3	79
1	1	1	4	1	1	1	1	1	2	1	4	1	1	4	1	4	4	4	1	1	1	4	1	1	4	1	1	4	4	61
4	3	2	3	2	1	3	1	3	3	2	2	3	2	2	3	3	3	3	3	3	3	3	2	3	4	1	1	2	3	76
4	2	2	3	3	1	4	2	2	3	2	2	3	1	2	2	3	3	3	4	4	3	2	2	1	4	1	1	3	3	75
3	2	2	3	3	2	4	2	2	2	3	3	2	2	4	2	2	2	3	2	3	2	2	2	4	3	3	3	3	2	77
4	4	4	3	4	3	4	1	1	3	1	3	4	1	2	4	4	4	4	4	4	4	4	3	3	3	3	2	3	4	95
2	3	3	3	2	2	3	2	3	2	1	2	3	2	2	2	3	3	4	4	3	3	4	1	3	4	1	1	3	3	77

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																												Total x			
3	3	3	3	3	1	4	1	2	3	2	3	4	1	2	4	3	2	4	4	4	3	3	3	1	4	1	1	4	4	83	
1	2	2	3	2	2	3	1	1	2	2	4	3	2	2	3	2	3	4	3	2	3	3	1	2	3	1	1	1	4	68	
4	4	2	3	4	1	4	2	1	2	1	3	3	1	4	3	4	3	4	3	3	3	3	4	3	4	2	2	4	4	88	
2	4	4	3	4	1	4	4	2	4	1	2	2	1	2	2	4	3	3	4	4	4	4	4	1	3	4	1	1	4	4	86
2	1	2	4	2	1	4	2	2	1	2	2	4	1	2	1	4	2	2	3	2	2	3	3	2	2	2	2	4	2	68	
3	2	1	4	3	2	4	2	2	2	2	2	3	3	3	2	4	3	3	4	3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	80	
2	2	2	4	4	2	4	1	2	2	2	2	3	1	3	3	2	3	4	4	3	2	2	1	4	3	2	2	2	2	75	
3	3	4	3	3	1	4	2	2	3	2	2	4	2	3	3	3	3	3	4	3	2	2	3	2	2	2	2	4	4	83	
3	3	3	4	4	2	4	1	1	1	2	2	3	2	1	4	4	4	4	4	4	4	3	2	4	4	1	1	4	4	87	
3	2	1	3	3	1	4	2	2	2	3	2	2	2	2	2	3	3	4	4	3	2	2	2	2	4	3	2	1	2	73	
3	2	2	3	2	2	4	1	2	3	2	2	4	2	3	3	3	2	4	3	4	3	4	1	2	4	1	1	3	3	78	
2	2	3	4	3	2	4	2	2	2	3	2	4	2	2	2	2	3	3	4	4	2	3	2	3	4	3	2	3	2	81	
3	2	4	4	3	2	3	2	2	3	1	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	2	2	1	3	2	3	3	3	73	
4	2	1	3	2	1	4	1	1	1	3	2	4	1	4	2	4	4	4	4	3	2	4	2	4	4	1	1	4	4	81	
2	2	2	4	2	1	3	2	2	2	2	3	4	2	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	2	3	75	
3	2	3	4	2	2	4	1	1	3	2	3	4	1	1	2	3	3	4	4	4	2	2	2	2	4	2	2	2	4	78	
2	4	2	3	3	3	4	2	1	2	2	3	2	2	2	3	3	3	4	4	2	3	4	3	2	3	2	2	2	4	81	
2	2	2	3	2	3	4	1	1	2	1	3	2	3	2	3	2	2	3	4	2	2	2	3	4	3	3	3	1	2	72	
2	2	2	3	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	2	3	2	2	3	2	2	2	2	3	3	2	3	3	2	2	71	
3	2	2	4	2	1	4	1	1	2	2	2	3	2	3	3	3	2	3	3	3	2	4	2	2	4	3	2	3	2	75	
4	2	3	3	3	2	3	3	1	3	2	3	3	2	2	3	3	2	4	3	1	3	4	4	2	3	2	2	3	3	81	
3	2	2	4	3	1	4	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	3	3	2	3	4	2	2	3	2	2	3	3	78	
3	3	3	4	3	2	4	1	1	2	2	3	3	1	3	3	3	4	4	4	3	3	4	3	2	4	1	1	3	3	83	
2	2	2	3	4	2	4	1	2	2	2	2	4	3	2	2	2	3	3	3	3	2	4	3	4	3	3	3	2	4	81	

KUALITAS MODEL PEMBELAJARAN DARING																													Total x	
2	2	2	2	2	1	2	3	2	2	3	2	4	2	3	2	2	3	3	3	3	2	2	1	2	3	2	2	3	3	70
2	2	2	3	2	1	2	1	2	2	3	3	4	3	3	2	2	2	2	2	2	2	2	1	3	2	2	2	2	65	
4	2	2	3	3	1	3	1	2	1	3	2	3	3	2	4	2	2	3	4	2	2	2	3	4	3	3	3	2	2	76
3	2	2	2	3	1	4	1	1	3	2	2	3	2	2	3	3	3	4	4	2	3	3	2	2	4	1	1	1	3	72
4	3	4	3	4	3	4	2	4	4	1	3	2	2	2	3	4	4	4	4	1	3	4	4	1	4	1	1	2	3	88
2	2	2	2	2	3	3	1	1	1	3	2	2	3	2	1	3	2	3	3	3	3	2	3	2	4	2	2	2	3	69
4	4	4	4	3	1	3	1	1	2	1	1	4	1	3	2	3	3	2	3	3	3	3	2	2	2	1	1	2	3	72
2	2	2	2	2	1	4	1	3	2	3	2	3	3	3	2	2	3	3	3	4	2	2	3	3	3	3	3	2	3	76
2	2	3	4	2	2	3	3	2	1	2	3	3	2	2	4	3	2	4	3	2	3	3	4	3	2	3	2	3	3	80

**Lampiran 4 Hasil Skoring Data Perceived Stress**

PERCEIVED STRESS										Total Y
3	2	3	1	2	3	1	2	3	3	23
3	3	4	2	2	4	2	1	4	4	29
0	0	0	1	1	0	3	3	2	2	12
1	2	4	2	2	3	3	1	3	3	24
4	4	3	1	0	4	3	4	1	1	25
4	4	4	4	2	2	2	2	3	4	31
4	4	4	2	3	4	2	1	3	4	31
0	0	1	0	0	1	4	4	0	0	10
3	2	3	2	2	2	2	3	1	1	21
2	1	2	2	1	1	3	3	1	1	17
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
4	3	4	1	2	3	3	2	4	4	30
2	2	1	0	0	1	4	4	2	2	18
2	2	2	2	1	2	2	3	2	3	21
3	3	3	2	2	3	3	2	2	3	26
3	1	2	1	2	2	3	2	3	2	21
2	2	2	3	1	1	1	3	2	0	17
2	2	2	2	2	2	3	3	3	3	24
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
3	3	4	1	2	3	2	1	4	3	26
3	2	3	1	1	2	2	2	1	1	18
3	4	4	2	2	4	3	2	3	3	30
4	3	4	1	0	4	3	2	2	2	25
3	4	3	2	1	2	3	4	2	3	27
4	4	4	1	3	4	1	1	2	4	28
3	3	4	2	2	3	4	1	4	2	28
4	4	4	3	2	4	2	3	3	2	31
3	3	4	2	2	2	2	2	3	4	27
3	2	2	2	2	1	1	1	2	1	17
1	3	2	0	1	1	4	4	1	1	18
0	0	1	0	0	0	1	2	2	2	8
2	1	0	1	1	1	2	2	1	3	14
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
2	2	3	2	1	2	2	2	1	2	19
3	4	3	2	2	3	3	1	4	2	27
4	2	3	0	0	4	4	2	3	2	24
4	4	4	0	2	4	4	2	4	4	32
4	4	4	2	3	2	3	3	2	2	29
4	3	4	1	2	3	4	3	3	4	31
4	3	4	2	3	3	2	1	3	2	27

PERCEIVED STRESS										Total Y
2	1	1	2	2	2	2	2	3	1	18
0	1	2	3	2	1	1	3	1	1	15
2	2	3	1	1	1	3	3	3	2	21
1	2	3	0	3	1	4	1	2	3	20
3	4	4	1	2	3	3	3	4	3	30
2	4	2	0	1	1	0	1	1	3	15
1	2	2	1	3	2	3	3	1	1	19
1	2	3	2	0	3	2	0	4	4	21
4	4	4	2	3	4	2	1	4	4	32
2	3	3	3	4	2	2	2	2	2	25
2	1	3	2	2	2	2	2	3	2	21
4	4	4	1	2	3	2	2	4	4	30
2	3	3	3	3	1	1	1	3	3	23
0	0	2	1	0	3	2	4	2	3	17
3	2	3	2	1	2	3	3	3	3	25
0	0	2	0	1	0	4	2	1	0	10
2	1	1	2	2	1	1	2	1	1	14
4	4	4	2	1	3	3	3	3	3	30
2	2	3	1	1	1	3	2	3	3	21
3	3	4	1	2	3	3	2	1	3	25
3	3	3	2	1	2	3	2	2	2	23
2	2	2	1	1	1	3	2	1	1	16
2	2	2	2	1	2	3	3	2	2	21
3	2	4	1	1	2	3	2	4	4	26
3	2	3	0	1	2	2	2	2	2	19
3	2	2	1	2	3	4	1	1	1	20
4	4	4	2	2	3	3	2	4	4	32
2	1	4	0	0	1	3	3	4	1	19
4	4	4	2	2	4	1	2	4	4	31
2	1	2	1	2	1	3	3	3	2	20
1	3	4	0	1	2	3	4	1	2	21
3	2	4	2	1	1	2	2	3	3	23
2	3	2	1	2	4	3	2	3	3	25
2	3	3	1	0	1	3	4	1	0	18
4	3	2	0	1	3	4	3	3	2	25
1	1	2	3	1	1	1	3	3	1	17
2	1	2	1	1	1	3	3	1	2	17
3	3	3	2	2	3	2	2	3	3	26
3	2	2	1	1	2	2	3	2	2	20
1	2	1	1	3	4	3	1	1	1	18
0	1	1	0	0	0	4	4	0	0	10

PERCEIVED STRESS										Total Y
3	1	3	1	2	0	4	2	4	4	24
2	3	3	2	2	2	2	2	3	3	24
2	2	2	1	2	1	1	2	1	3	17
4	4	4	2	0	4	4	2	4	4	32
3	3	4	1	1	3	4	2	2	3	26
2	2	3	2	2	2	2	2	2	3	22
2	1	2	1	1	1	3	4	2	2	19
2	2	2	1	1	1	2	2	2	1	16
2	2	3	2	1	2	2	2	3	3	22
3	3	2	1	2	2	2	1	3	3	22
2	2	4	2	2	2	2	2	3	2	23
1	1	1	1	1	1	3	3	1	1	14
3	2	2	1	2	0	3	2	2	1	18
2	2	3	1	1	1	3	2	2	3	20
1	1	2	0	1	1	1	3	1	1	12
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
4	4	4	1	1	3	3	4	3	3	30
3	2	4	2	1	3	1	3	4	2	25
2	1	1	2	1	3	2	4	3	3	22
3	2	1	1	1	0	3	4	2	2	19
4	3	3	0	1	2	2	2	1	2	20
3	2	4	4	4	3	2	1	2	2	27
1	1	2	0	1	1	1	3	1	1	12
3	1	1	0	0	0	4	4	1	0	14
3	1	1	1	1	3	3	4	2	1	20
3	3	3	1	1	2	3	2	3	3	24
3	3	3	0	0	2	4	4	4	3	26
3	3	3	2	1	3	2	4	3	3	27
3	2	2	1	2	2	2	3	2	2	21
4	3	2	2	1	0	2	3	2	1	20
3	0	0	0	0	1	4	4	0	1	13
2	2	1	0	1	2	2	3	1	2	16
3	2	3	3	3	2	2	2	3	3	26
3	3	4	1	2	3	3	2	4	4	29
0	1	1	3	1	1	3	4	2	1	17
4	4	4	3	3	3	4	0	4	4	33
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
3	1	1	0	0	4	3	2	3	2	19
4	2	2	1	1	4	3	2	2	4	25
0	0	4	2	3	2	0	1	4	3	19
4	1	3	3	0	2	2	4	4	2	25

PERCEIVED STRESS										Total Y
2	4	3	2	0	2	4	4	1	1	23
2	2	3	2	1	2	3	2	3	2	22
3	1	2	3	2	2	3	1	2	3	22
2	1	3	1	1	2	3	3	4	2	22
3	3	2	2	1	1	3	2	4	4	25
3	3	3	3	3	3	1	1	4	4	28
3	2	4	0	1	2	3	2	3	2	22
2	2	1	2	2	3	3	4	1	1	21
4	3	3	2	2	3	4	3	3	4	31
1	1	2	0	0	0	0	2	4	0	10
4	2	4	0	1	2	3	2	3	2	23
3	1	3	1	1	3	2	0	4	3	21
3	2	2	1	1	2	4	3	2	1	21
2	2	1	1	1	1	4	3	2	1	18
0	0	0	0	0	0	4	4	2	0	10
4	2	0	2	2	2	2	2	2	2	20
2	2	2	2	2	2	2	2	2	2	20
2	1	1	3	3	2	2	2	1	1	18
3	3	4	2	2	3	2	1	3	3	26
3	3	4	2	2	3	2	2	2	4	27
4	3	4	2	2	3	3	2	2	3	28
0	0	0	0	0	0	4	4	2	0	10
3	3	3	2	2	3	3	2	3	3	27
2	3	3	1	1	2	2	1	3	2	20
3	3	3	3	3	4	3	1	3	4	30
4	3	4	1	1	2	2	3	3	3	26
4	3	3	1	1	3	3	3	3	3	27
3	2	4	1	3	1	3	3	2	1	23
3	3	3	1	1	3	3	3	4	3	27
2	2	3	0	0	3	2	4	0	1	17
3	3	4	1	1	3	1	2	2	4	24
4	3	4	2	1	2	2	1	1	2	22
1	1	1	2	3	1	1	3	1	1	15
2	2	3	1	1	2	1	2	3	2	19
1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	11
1	0	1	0	1	1	1	2	1	1	9
3	3	2	3	1	1	1	3	3	0	20
3	2	3	1	2	3	1	1	3	3	22
4	4	4	4	4	4	4	3	4	4	39
4	4	0	0	0	0	0	0	4	0	12
3	3	3	1	2	2	0	2	2	2	20



PERCEIVED STRESS										Total Y
3	3	2	1	2	2	3	1	2	1	20
1	1	1	2	2	2	2	3	1	2	17
1	1	1	1	1	2	0	0	1	0	8
3	1	1	1	2	3	3	2	3	1	20
1	1	1	1	1	1	2	2	2	1	13
2	1	3	1	2	1	2	1	2	3	18
3	3	3	0	0	0	0	0	2	0	11
3	3	3	1	1	3	1	1	3	3	22
1	1	2	2	3	3	2	2	4	3	23
2	1	2	1	1	0	1	1	2	1	12
3	2	3	1	1	3	1	1	3	3	21
2	3	3	0	0	2	0	1	3	4	18
4	4	4	0	0	4	0	0	4	4	24
4	4	3	2	2	2	2	3	3	4	29
3	3	4	2	1	1	1	1	2	2	20
2	2	3	1	1	3	1	1	4	3	21
3	2	3	2	3	3	2	2	2	2	24
3	3	2	2	1	1	2	2	1	1	18
4	3	3	1	1	3	1	1	3	3	23
3	1	2	1	1	1	2	2	2	1	16
3	2	2	2	3	1	2	2	2	2	21
2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	19
4	3	2	1	2	3	1	0	3	3	22
2	2	3	2	2	2	2	1	2	2	20
2	3	4	0	1	4	0	0	1	3	18
3	2	3	2	3	2	2	3	4	4	28
1	1	2	0	1	0	0	1	1	2	9
2	3	4	1	1	3	2	2	4	4	26
3	2	2	2	1	2	1	2	3	4	22
2	3	3	2	0	2	1	2	3	4	22
1	1	1	3	2	1	3	3	1	1	17
4	2	3	0	0	4	1	0	3	2	19
2	2	3	3	4	3	3	3	1	2	26
3	3	3	1	0	0	1	4	2	3	20
3	2	2	2	0	0	0	4	2	2	17
3	2	3	1	2	2	2	2	3	3	23
2	1	2	2	1	1	0	0	2	1	12

### Lampiran 5 Tabel Distribusi Nilai R Tabel

#### DISTRIBUSI NILAI $r_{\text{tabel}}$ SIGNIFIKANSI 5% dan 1%

N	The Level of Significance		N	The Level of Significance	
	5%	1%		5%	1%
3	0.997	0.999	38	0.320	0.413
4	0.950	0.990	39	0.316	0.408
5	0.878	0.959	40	0.312	0.403
6	0.811	0.917	41	0.308	0.398
7	0.754	0.874	42	0.304	0.393
8	0.707	0.834	43	0.301	0.389
9	0.666	0.798	44	0.297	0.384
10	0.632	0.765	45	0.294	0.380
11	0.602	0.735	46	0.291	0.376
12	0.576	0.708	47	0.288	0.372
13	0.553	0.684	48	0.284	0.368
14	0.532	0.661	49	0.281	0.364
15	0.514	0.641	50	0.279	0.361
16	0.497	0.623	55	0.266	0.345
17	0.482	0.606	60	0.254	0.330
18	0.468	0.590	65	0.244	0.317
19	0.456	0.575	70	0.235	0.306
20	0.444	0.561	75	0.227	0.296
21	0.433	0.549	80	0.220	0.286
22	0.432	0.537	85	0.213	0.278
23	0.413	0.526	90	0.207	0.267
24	0.404	0.515	95	0.202	0.263
25	0.396	0.505	100	0.195	0.256
26	0.388	0.496	125	0.176	0.230
27	0.381	0.487	150	0.159	0.210
28	0.374	0.478	175	0.148	0.194
29	0.367	0.470	200	0.138	0.181
30	0.361	0.463	300	0.113	0.148
31	0.355	0.456	400	0.098	0.128
32	0.349	0.449	500	0.088	0.115
33	0.344	0.442	600	0.080	0.105
34	0.339	0.436	700	0.074	0.097
35	0.334	0.430	800	0.070	0.091
36	0.329	0.424	900	0.065	0.086
37	0.325	0.418	1000	0.062	0.081

### Lampiran 6 Hasil Data Uji Validitas Variabel X

#### Data Uji Validitas Variabel X

Tabel Hasil Uji Validitas Kualitas Model Pembelajaran				
No	T.hit	T.tabel	Keterangan	Sig.
1	0.527	0,138	Valid	5%
2	0.618	0,138	Valid	N = 200
3	0.470	0,138	Valid	T.tabel
4	0.198	0,138	Valid	0.138
5	0.551	0,138	Valid	
6	0.191	0,138	Valid	
7	0.464	0,138	Valid	
8	0.42	0,138	Valid	
9	0.361	0,138	Valid	
10	0.454	0,138	Valid	
11	0.328	0,138	Valid	
12	0.262	0,138	Valid	
13	0.161	0,138	Valid	
14	0.309	0,138	Valid	
15	0.156	0,138	Valid	
16	0.428	0,138	Valid	
17	0.404	0,138	Valid	
18	0.360	0,138	Valid	
19	0.321	0,138	Valid	
20	0.518	0,138	Valid	
21	0.282	0,138	Valid	
22	0.495	0,138	Valid	
23	0.476	0,138	Valid	
24	0.197	0,138	Valid	
25	0.188	0,138	Valid	
26	0.333	0,138	Valid	
27	0.148	0,138	Valid	
28	0.303	0,138	Valid	
29	0.438	0,138	Valid	
30	0.403	0,138	Valid	

### Lampiran 7 Hasil Data Uji Validitas Variabel Y

<b>Data Uji Validitas Variabel Y</b> <b>Hasil Uji Validitas Perceived Stress</b>				
<b>No</b>	<b>T.hit</b>	<b>T.tabel</b>	<b>Keterangan</b>	<b>Sig.</b>
1	0.695	0,138	Valid	<b>5%</b>
2	0.724	0,138	Valid	<b>N = 200</b>
3	0.731	0,138	Valid	<b>T.tabel</b>
4	0.438	0,138	Valid	<b>0.138</b>
5	0.442	0,138	Valid	
6	0.713	0,138	Valid	
7	0.291	0,138	Valid	
8	0.150	0,138	Valid	
9	0.606	0,138	Valid	
10	0.732	0,138	Valid	

**Lampiran 8 Hasil Data Uji Reliabilitas Variabel X****Data Uji Reliabilitas Variabel X**

<b>Reliability Statistics</b>	
Cronbach's Alpha	N of Items
.546	30

**Lampiran 9 Hasil Data Uji Reliabilitas Variabel Y****Data Uji Reliabilitas Variabel Y****Reliability Statistics**

Cronbach's Alpha	N of Items
.725	10

### Lampiran 10 Hasil Data Uji Normalitas

#### Data Uji Normalitas One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Residual
N		200
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	0E-7
	Std. Deviation	5.64419690
Most Extreme Differences	Absolute	.043
	Positive	.035
	Negative	-.043
Kolmogorov-Smirnov Z		.611
Asymp. Sig. (2-tailed)		.849

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

### Lampiran 11 Hasil Data Uji Linieritas

#### Data Uji Linieritas

#### ANOVA Table

			Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Perceived Stress * Kualitas Mod. P	(Combined)		1150.189	28	41.078	1.317	.146
	Between Groups	Linearity	142.845	1	142.845	4.581	.034
		Deviation from	1007.344	27	37.309	1.196	.244
		Linearity					
	Within Groups		5332.191	171	31.182		
Total		6482.380	199				



## Lampiran 12 Hasil Data Analisis Dekriptif Uji Hipotetik Variabel X

### Data Analisis Dekriptif Uji Hipotetik Variabel X

#### Kat\_asetivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	1	.5	.5	.5
	Sedang	193	96.5	96.5	97.0
	Tinggi	6	3.0	3.0	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

### Lampiran 13 Hasil Data Analisis Dekriptif Uji Hipotetik Variabel Y

#### Data Analisis Dekriptif Uji Hipotetik Variabel Y

##### Kat\_Asertivitas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Rendah	67	33.5	33.5	33.5
	Sedang	114	57.0	57.0	90.5
	Tinggi	19	9.5	9.5	100.0
	Total	200	100.0	100.0	

# Lampiran 14 Hasil Data Uji Korelasi Variabel X dan Y

## Data Uji Korelasi Variabel X Dan Y Correlations

		Kualitas Mod. P	Perceived Stress
Kualitas Mod. P	Pearson Correlation	1	-.148*
	Sig. (2-tailed)		.036
	N	200	200
Perceived Stress	Pearson Correlation	-.148*	1
	Sig. (2-tailed)	.036	
	N	200	200

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

### Lampiran 15 Hasil Data Uji Regresi Variabel X dan Y

**Data Uji Regresi Variabel X Dan Y**  
**Coefficients<sup>a</sup>**

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	32.781	5.399		6.072	.000
1 Kualitas Mod. P	-.145	.069	-.148	-2.112	.036

a. Dependent Variable: Perceived Stress